

PLAYBOY

WWW.PLAYBOYRUSSIA.COM

МАРТ/АПРЕЛЬ/МАЙ 2020

СИМПОЗИУМ

Пять уникальных эссе
от авторитетных
экспертов: звук, цвет,
вкус, запах,
прикосновение – через
призму этих чувств мы
узнаем все о природе
УДОВОЛЬСТВИЯ

LITTLE BIG

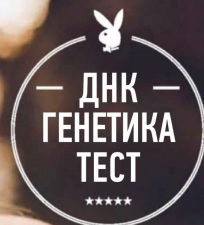
Все, что надо знать
о наших агентах
на Евровидении-2020

КАРЛОС САНТАНА

«Музыка дает нам
смелость и надежду»

ЧУДО СВЕТА

Путеводитель по самым
хайповым местам
на планете



АннаБелль Нильсен

ЛЮБЛЮ ВОСХИЩАТЬСЯ

16+

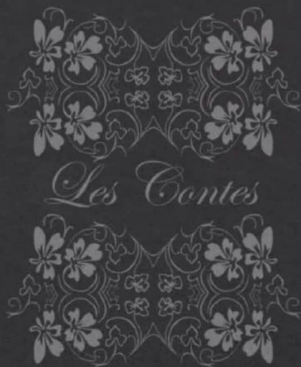




*Bonheur
pour Homme*

Счастье для мужчин

Репрод. ООО "ТЕТ-МНН" 71627327



www.lescontes.fr

LLC Art Publique pour SAS LES CONTES, PUBLISIT.



РЕДАКЦИЯ

PANIC/ DON'T PANIC



Сейчас, в середине марта, когда мы заканчиваем готовить весенний номер, глобальная повестка дня напоминает один масштабный парадокс к известной строчке Бродского: «Не выходи из комнаты, не совершай ошибку...». Пандемия в сознании сапиенсов в эпоху постправды и мгновенной информации распространяется гораздо быстрее, чем очередной неторопливый штамм сезонного гриппа.

Как утверждает модный нынче Юваль Харари, уровень дофамина, полученный средневековым крестьянином, достроившим глиняную хибару, равен уровню дофамина, полученного современным биржевым трейдером, выплатившим ипотеку за виллу на Лазурном берегу. Так же и с кортизолом – мы стрессуем не меньше наших далеких предков во времена буйства Черной смерти в Европе. Но, по словам Харари, победить эпидемию можно только с помощью научных знаний и глобального сотрудничества – оружия, которого были лишены европейцы в XIII веке. Поэтому в весеннем номере мы сосредоточились на двух вещах: научных статьях – нейроэстетика, природа удовольствия, генетические исследования – и развлечениях. Наша книжная полка и подборка свежих сериалов помогут тебе побороть стресс и скуку во время карантина, а обзор новинок гаджетов и список актуальных культурных событий подтолкнут к составлению планов (и виш-листа) на ближайшее будущее. Цитируя все того же Харари, можно сказать, что умение мечтать и строить далеководящие планы – главная отличительная черта современного человека. А когда все устаканится и пройдет время, ты сможешь воспользоваться нашим путеводителем по самым хайповым местам планеты.

Ах да, и не забывай все-таки мыть руки. Это, пожалуй, главный урок, который стоит выучить.



СОДЕРЖАНИЕ

10 ВОПРОСОВ

Мэттью Макконахи и Энн Хэтэуэй — идеальная пара для идеального фильма 6

КУЛЬТУРА

Концерты, кинопремьеры, выставки и театры — все для интересного досуга 10

СЕРИАЛЫ

Главные премьеры нового сезона, о которых уже говорят все 12

ЛЕГЕНДА

Правила жизни великого Кирка Дугласа 14

КУХНЯ

Учимся готовить идеальный тартар из телятины 16

БАР

Медом намазано: эксклюзивный авторский коктейль на основе меда и других не менее сладких ингредиентов 17

АВТО

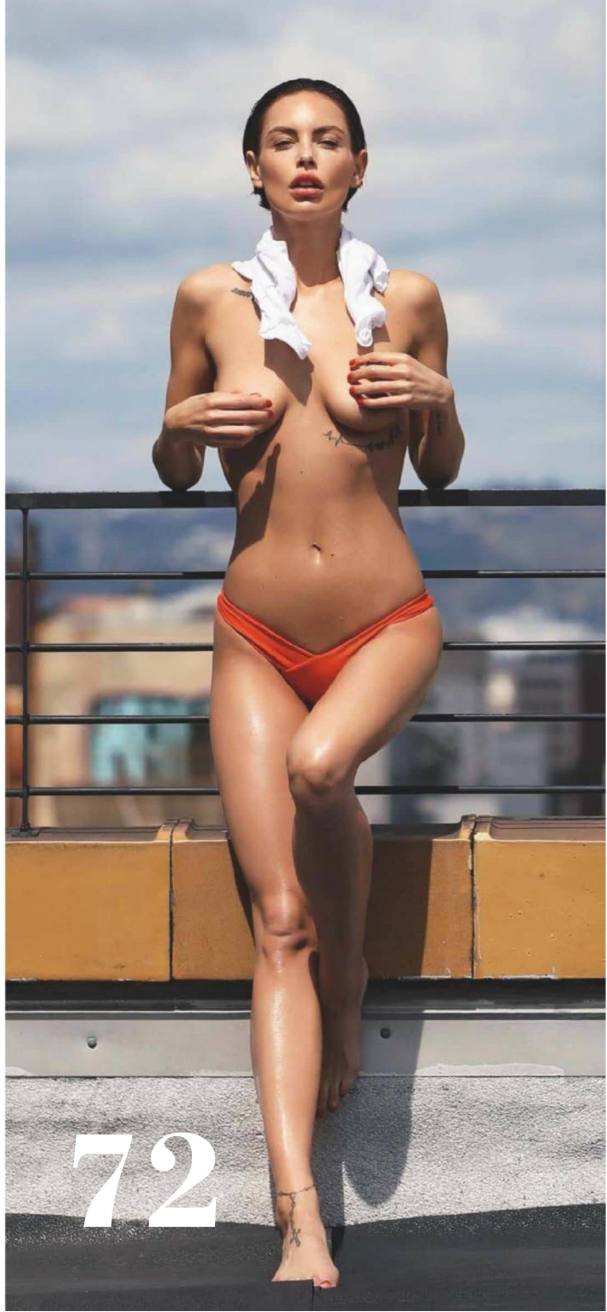
Новинки автопрома: Volkswagen Passat, Hyundai Solaris, Opel Grandland X 18

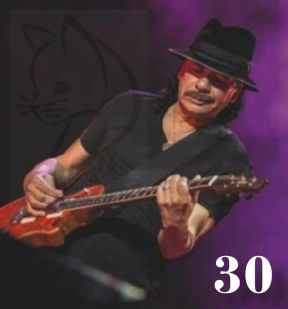
ДЕВУШКА С ОБЛОЖКИ

АннаБелль Нильсен и ее воспитательный дебют на страницах нашего журнала 24

ИНТЕРВЬЮ

Карлос Сантана: нестареющий ветеран рок-сцены и легенда музыки 30





30



70



42



40



19



88

БУДУЩЕЕ

- 34 **Нейроэстетика:** что наш мозг считает красивым и как это используют

СИМПОЗИУМ

- 42 **Пять эссе** о пяти видах удовольствия, которые нам доступны

WISHLIST

- 62 **Подборка актуальных дейвсов,** без которых и жизнь – не жизнь

КРОССФИТ

- 64 **Работа над собой:** комплекс упражнений для создания идеального тела

ОРГАНИЗМ

- 66 **Вне игры:** проблемные зоны для разных видов спорта

ТЕХНОЛОГИИ

- 70 **Раз плюнуть:** ДНК-тест как доказательство (или опровержение) твоей гениальности

ПУТЕШЕСТВИЕ

- 88 **Чудо света:** список самых хайповых мест планеты, куда стоит поехать сразу же после карантина



НА ОБЛОЖКЕ: АННА БЕЛИНА

ПРАВА НА ПУТЕШЕСТВИЕ МАТЕРИАЛЫ ПРИНАДЛЕЖАТ АМЕРИКАНСКОМУ ИЗДАНИЮ PLAYBOY. МЕЖДУНАРОДНЫМ ИЗДАНИЕМ PLAYBOY, РОССИЙСКОМУ И УКРАИНСКОМУ ИЗДАНИЮ PLAYBOY, ПЕРЕКЛАДАТ И ВОСПРОИЗВОЖДЕНЫ МАТЕРИАЛЫ, А ТАКЖЕ ЛУБЯХ ОТРАЖЕНИИ И ФРАГМЕНТОВ ИЗ НИХ ВОЗМОЖНЫ ЛИШЬ С НАСМЕННОГО РАЗРЕШЕНИЯ РЕДАКЦИИ. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ДОСТОВЕРНОСТЬ РЕКЛАМНЫХ ОБЪЯВЛЕНИЙ НЕсут РЕКЛАМОДАТЕЛИ. У РЕДАКЦИИ НЕТ ВОЗМОЖНОСТИ РЕЦИЗИРОВАТЬ И ВОЗВРАЩАТЬ НЕ ЗАКАЗАННЫЕ ЕЮ МАТЕРИАЛЫ. PLAYBOY, RABBIT HEAD DESIGN, PLAYMATE, PLAYMATE OF THE MONTH, «ДЕВУШКА МЕСЯЦА», «ДЕВУШКА ГОДА», FEMININE DESIGN, RABBITOY ЗАРЕГИСТРИРОВАННЫМИ ТОРГОВЫМИ МАРКАМИ КОМПАНИИ PLAYBOY ENTERPRISES INTERNATIONAL, INC.



10 ВОПРОСОВ К ЭНН ХЭТЭУЭЙ И МЭТТЮ МАККОНАХИ

В «Море соблазна» они вновь вместе предстали перед камерой. Энн и Мэттью рассказали нам, почему им не впервой РАЗГОВАРИВАТЬ С МЕРТВЫМИ и как получилось, что ради роли им пришлось ИЗМЕНИТЬСЯ И В РЕАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

После научно-фантастической драмы «Интерстеллар» (2014) триллер «Море соблазна» (2019) стал вторым совместным фильмом лауреатов премии «Оскар» ЭНН ХЭТЭУЭЙ и МЭТТЮ МАККОНАХИ. То, что эти двое – хорошо слаженная команда, сразу становится ясно во время интервью в калифорнийском прибрежном городке Марина-дель-Рей. Атмосфера в люксе Ritz-Carlton прекрасная: Энн и Мэттью отпускают друг друга комплименты о нарядах и внешности, собака Энн резвится в холле отеля, яхты спокойно качаются в гавани возле отеля.

- 1 Энн, Мэттью, ведь мы не просто так сидим здесь, в отеле в Марина-дель-Рей, прямо возле порта Лос-Анджелеса. Лодки, море и рыбалка играют важную роль в вашем новом фильме. А что это значит лично для вас?**

ХЭТЭУЭЙ: С лодками у меня не сложилось, если честно. В детстве мама хотела ближе познакомиться меня с парусным спортом, но это было просто не мое. Однажды я даже сильно врезалась в другую лодку, после чего, собственно, и поставила на этом жирную точку. Но что касается моего отношения к морю, то это невозможно описать словами. Я всегда чувствовала к нему невероятное притяжение.

- 2 Мэттью, вы же, напротив, увлекаетесь лодками всех видов, верно?**

МАККОНАХИ: Точно! Так и есть! И рыбалкой тоже. Вот почему я был так обрадован тем, что мы снимали фильм «Море соблазна» на Маврикий, ведь для рыбаков это один из крупнейших

и самых важных островов в мире. Вместе с нашим директором я приехал несколькими днями ранее, чтобы немного поплавать и поохотиться на глубине.

- 3 И? Рыбалка удалась?**

МАККОНАХИ: У нас был гид, который показал, где искать крупную рыбу. И первый улов не заставил себя долго ждать – голубой тунец весом 50 кг! Я битых два часа тягался с этой рыбой, прежде чем достать ее.

- 4 Маврикий – это остров, о котором ходит много мифов. Вы испытали что-то подобное на себе?**

МАККОНАХИ: О, это было действительно необыкновенно. В Маврикии есть что-то очень мистическое, почти сакральное. Смесь культур на острове захватывающая: одновременно креольская, мусульманская и индустская. Иногда ощущение, что ты на Багамских островах, а потом снова возникает чувство, что находишься на Гавайях. И прежде всего здесь царит особое восприятие времени. Как будто попадаешь на 200 лет назад в прошлое и одновременно в будущее.

- 5 «Море соблазна» – фильм, сюжет которого держали в строжайшем секрете вплоть до премьеры. Но вы откроете нам, почему захотели непременно в нем сняться?**

ХЭТЭУЭЙ: Мне захотелось поиграть с условностями классического фильма. Раньше восприятие женщины в фильмах такого жанра было довольно ненавистническим, а теперь, спустя десятилетия и многочисленные волны феминизма, посмотреть на это свежим взглядом – весьма захватывающее. Героиня, которую я играю



КАК БУДТО ПОДМЕНИЛИ

49-летний Макконахи во время съемок фильма превратился в отшельника-одиночку. Между тем, Энн Хэтэуэй знает, что в повседневной жизни он ведет себя абсолютно по-другому



ДВАЖДЫ ВМЕСТЕ

В триллере «Море соблазна» Карен (Энн Хэтзуэй) обращается с необычной просьбой к своему бывшему мужу Бейкеру Диллу (Мэттью Макконахи): он должен забыть ее нового мужа.

2. В научно-фантастической драме «Интерстеллара» (2014) оscarоносные актеры перенесли на далекие планеты



в фильме, как раз не только коварна и опасна, но также и не беспомощна. Все это, если сейчас не вдаваться в подробности, конструктивные элементы мужской проекции.

1 А что насчет вас, Мэттью?

МАККОНАХИ: Мой персонаж по сюжету должен принять серьезное решение. Это сразу же заставило меня задуматься о том, что я сам себе все время повторяю после многих трудностей, с которыми сталкивался на личном опыте: в ключевой момент нужно не рефлексировать, а принять чертово решение и затем довести дело до конца. Решительность гораздо лучше помогает выжить, чем бесконечные сомнения. Кроме того, конечно, меня затронула еще и проблема отцов и детей в истории «Море соблазна».

2 Между героем фильма и его отцом существует почти тепленическая связь, которой не помеха даже смерть...

МАККОНАХИ: Именно. И, как человек, у которого трое детей, мне это чрезвычайно близко.

Если бы я потерял одного из моих детей, это было бы намного больше, чем просто обычная смерть. Это было бы как в случае с моим отцом, который скончался в 1992 году и с которым я все еще разговариваю каждый божий день.

ХЭТЗУЭЙ: Я понимаю, о чем ты. Когда я теря-

ла близких для меня людей, у меня часто возникало чувство, что они не просто умирают, а лишь перебираются в другое место. Мой друг

«В КЛЮЧЕВОЙ МОМЕНТ НАДО НЕ РЕФЛЕКСИРОВАТЬ, А ПРИНЯТЬ ЧЕРТОВО РЕШЕНИЕ И ЗАТЕМ ДОВЕСТИ ДЕЛО ДО КОНЦА»

Мэттью Макконахи

умер прямо перед съемками фильма «Море соблазна», и с ним я все еще часто веду душевные беседы.

3 Для вас обоих это была вторая совместная работа после «Интерстеллара». Что вы цените друг в друге?

МАККОНАХИ: Энн – настоящий профессионал, что не всегда встретишь у коллег по цеху. Я полностью ей доверяю, потому что знаю, что она весь ненужный багаж оставляет дома. Так много актеров переносят свою личную жизнь на площадку, душевное состояние и настроение. Это чертовски мешает прочувствовать роль до конца.

ХЭТЗУЭЙ: Что касается коллег, то со времен «Интерстеллара» Мэттью стал для меня золотым стандартом. В то время на первой же примерке костюма он был настолько поглощен своей ролью, что я могла только удивляться. Такого я еще не видела. В «Море соблазна» я была еще в большом опеченении, поскольку он, соответствуя своему персонажу, превратился в настоящего волка-одиночку. В первый день меня ужасно раздражало, что он ни разу не заговорил со мной лично. Но позже я поняла, что у него это был такой метод работы – по крайней мере, в течение рабочей недели.

4 А в выходные?

ХЭТЗУЭЙ: Для меня это было настоящим открытием: Мэттью действительно удается объединить этот мрачный, эмоционально замкнутый образ с повседневной жизнью отца и мужа. В съемочные дни он был молчаливым и ворчливым, а когда мы наведывались в его временный дом на Маврикии в выходные, внезапно становился жизнерадостным, добродушным отцом семейства и дурчался со своими детьми.

5 Энн, еще одним сюрпризом в фильме стал ваш новый образ: для этой роли вы перекрасились в блондинку.

ХЭТЗУЭЙ: О да. Это было моей идеей. Изначально она понравилась только режиссеру, продюсеры были не в восторге. Но потом мы просто сделали это, и я даже немного нервничала. Поэтому что было ясно: если я сяду в самолет на Маврикий блондинкой, пути назад не будет. Однако, когда я приехала, неожиданно все согласилось, что это не так уж плохо. Продюсер даже сделал вид, что это была его идея. **П**

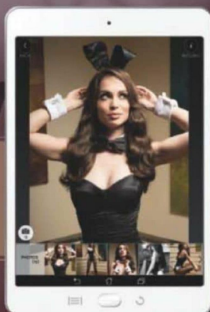
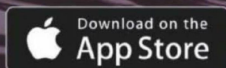
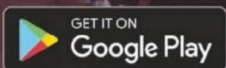
«ЧТО КАСАЕТСЯ КОЛЛЕГ, ТО МЭТТЮ СТАЛ ДЛЯ МЕНЯ ЗОЛОТЫМ СТАНДАРТОМ»

Энн Хэтзуэй

PLAYBOY

CLASSIC

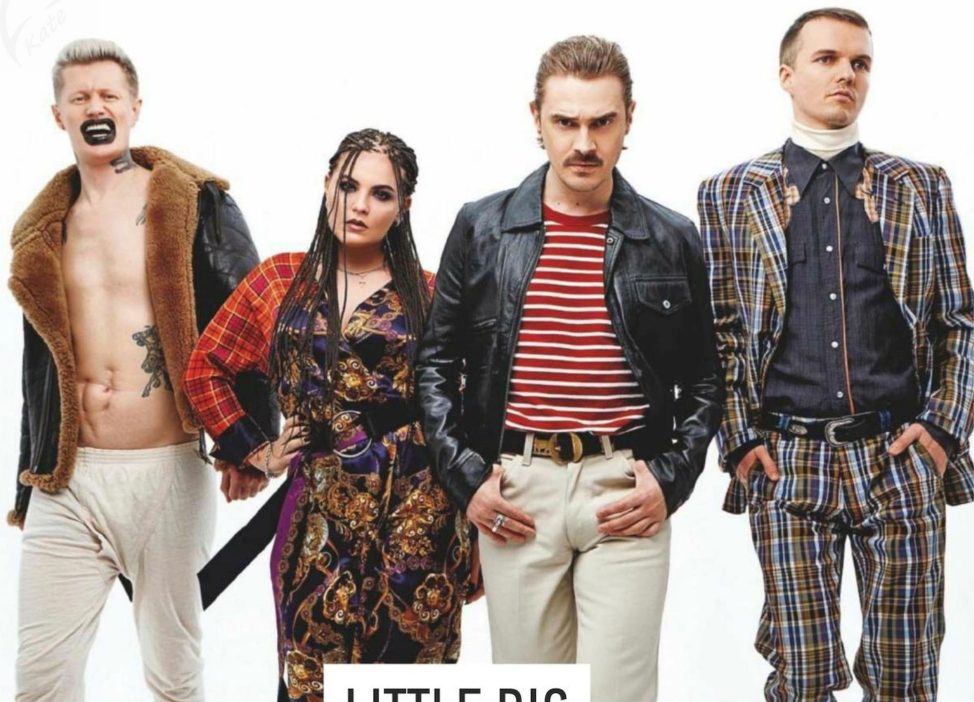
App



Playboy's award-winning content updated daily!

РЕКЛАМА 16+

Плейбой. Классика. Приложение.
Получи на Гугл плей. Загрузи на Эппстор.
Получившее награду содержание Плейбой обновляется ежедневно.



LITTLE BIG

*Ты, конечно, уже слышал о том, КТО ПОЕДЕТ НА
ЕВРОВИДЕНИЕ-2020 от России. Когда Первый канал объявил, что
в Роттердам в мае отправятся Little Big, привычное «Скибиди уа на па!»,
кричали даже дети и старики (мы лично чуть не оглохли)*

А еще сто процентов, что ты видел их вирусные клипы (иначе как объяснить сотни миллионов просмотров на YouTube). Но что ты знаешь о самих ребятах? Мы собрали самые интересные факты об участниках «сатирической арт-коллаборации». Наслаждайся!

- Татуировки у Ильи (Ильича) Прускина (фронтмена группы) самые что ни на есть настоящие. Частый «мотив» натальной живописи — медведи.
- По образованию Илья психолог. Возможно, поэтому он так легко нашел ключик к сердцам миллионов?
- Ради искусства Прускин готов на многое. Так, на съемках клипа *Life in da trash* он ел настоящих личинок. Без дублера.
- В текущем составе Little Big одна девушка — вокалистка Софья Таюрская, примкнувшая к коллективу в 2016 году. Ранее в группе также выступали Анна Каст и Олимпия Ивлева. Собственно, из-за невысокого роста девушек (около 130 см) и родилось название группы.
- Танец из клипа *Skibidi* известен по всему миру. Его пытались повторить Иван Ургант и многочисленные поклонники, выкладывая видео с флэшмобом *#skibidichallenge* в Интернет. 📺



ФИЛЬМ

Октановое число в топливе Вина Дизеля времен «Форсажей» заменили нанороботы в крови Вина Дизеля нового образа — теперь это неубиваемый суперсолдат «БЛАДШОТ», наделенный суперсилой, помноженной на мгновенную саморегенерацию. История культового персонажа популярного комикс-бестселлера Valiant Comics не нова, мы уже неоднократно видели на экране приключения универсальных солдат со стертой (или измененной) памятью. Но, по словам создателей фильма, этого героя отличает особая глубина образа и эмоциональность. Ну и железобетонная ирония и харизма Вина Дизеля, конечно!



ТЕАТР

Юбилейный 70-й сезон в МДТ имени А. С. Пушкина 1 и 2 апреля продолжит премьера спектакля режиссера Евгения Писарева «ЛОЖНЫЕ ПРИЗНАНИЯ» по пьесе французского классика Пьера Мариво. В постановке о любви обанкротившегося молодого человека Доранта к богатой красавице-вдове на сцену выйдут Виктория Исакова, Вера Алентова, Андрей Заводюк, Борис Дьяченко и Федор Левин. Художник спектакля — лауреат «Золотой маски» Зиновий Марголин.



ИГРА

Этический боевик NIOH2 для PlayStation 4 предлагает пережить суровое приключение, связанное с мифами, легендами и историей Японии. Исследуй эпохи Сэнгоку и смертоносное Темное царство, терзаемые беспощадными демонами. Уничтожь всех врагов на пути, совершенствуя боевые навыки. В игре реализована опция «призывать на помощь призраков», оставленных другими игроками.

КОНЦЕРТ



Хорошие новости! Живые легенды из Калифорнии, GREEN DAY, включили в мировое турне Москву. Пятикратные лауреаты Grammy, члены Зала славы рок-н-ролла и один из самых авторитетных панк-рокеров в истории зажгут в столице нашей Родины в рамках мощного The Hella Mega Tour. Даже далекие от панк-культуры люди с первых аккордов узнают каноническую Boulevard Of Broken Dreams. Впрочем, за более чем 30-летнюю карьеру у команды накопилось немало хитов. Не обойдется шоу и без горячих новинок, тем более что сам тур посвящен выходу сингла Father Of All...

24 мая, стадион «Открытие Арена»



ПЯТАЯ АВЕНЮ

Большое космическое кораблекрушение под руководством Хью Лори. Корабль «Авеню 5» корпорации «Галактика Джадда» терпит бедствие во время кризиса вокруг Сатурна. Вместо 8 недель пассажирам придется провести в космосе 3 года. Выясняется, что корабль полностью автоматический, капитан и команда — нанятые актеры, которые понятия не имеют, как решить проблему...



СТАРТРЕК: ПИКАР

Старикам тут самое место. События сериала переносятся за десятилетия после событий «Следующего поколения». Главный герой, капитан таких выдающихся космических кораблей, как «Старгейзер», «Энтерпрайз 3D» и «Энтерпрайз-Е», возвращается к командованию новыми армадами. Постаревшего капитана, который не особо хочет куда-то лететь, сыграл Патрик Стюарт.



ДОЛГ/ПОЗОР

Герой сериала, движимый традиционным для японской культуры чувством «гирри» (долга), отправляется в далекий Лондон. Кензо Мори — молодой, но опытный токийский детектив, которому необходимо выяснить все, что связано с именем его пропавшего брата — Юто Мори, который состоял в японской группировке якудза.



ДРАКУЛА

Новый остроумный взгляд на старую легенду от создателей «Шерлока» — и новый обаятельный суперзлодей из Трансильвании. Никакой романтики, только реки крови, ожившие мертвецы, туманы, стаи летучих мышей и бесстрашная монашка Агата Ван Хельсинг, которая пытается понять «правила зверя» и уничтожить хитрого и вероломного древнего вампира.



ОХОТНИКИ

Нью-Йорк, 1977 год. Вторая Мировая давно отгремела, но угроза нового конфликта, по мнению членов организации «Охотники», велика. Они выслеживают нацистов, осевших после войны в Соединенных Штатах. Охотники уверены, что недобитые друзья Адольфа тайно пытаются устроить Четвертый рейх прямо на родине Декларации Независимости, дабы нанести удар по Америке изнутри.



ЛУЧШЕ ЗВОНите СОЛУ. 5 СЕЗОН

По словам шоураннеров, Винса Гиллигана и Питера Гудла, 5 сезон будет предпоследним — успешная история трансформации милого трикстера Джими Магилла в циничного криминального адвоката Сола Гудмана вышла на финишную прямую. А на горизонте уже маячит лысина зловещего мистера Хайзенберга.



НАРКО: МЕКСИКА. 2 СЕЗОН

Начало полномасштабной нарковойны, стартовавшей после гибели агента УБН, во втором сезоне приобретает глобальный размах. В центре сюжета – спецоперация «Легенда», в результате которой пал мексиканский картель «Гвадалахара», а его глава, Мигель Анхель Феликс Гальярдо, не смотря на купленные политиков и миллиарды долларов, оказался за решеткой.



РАЗРАБЫ

Киберпанк-драма о высоких технологиях. Лили, компьютерный инженер, работающий в компании «Амая», занимающейся квантовыми вычислениями, которой управляет Форест. Она пытается разузнать о секретном подразделении разработчиков, так как считает, что оно стоит за исчезновением ее парня. В этом отделе работают компьютерные гении, а это не сулит ничего хорошего.



РАСПРАВА

Главная героиня сериала – чудом выжившая жертва нападения преступников, которая спустя почти десять лет начинает готовить вендетту. Но, встав на путь мести, Монте-Кристо в юбке очень быстро превращается в безжалостного и расчетливого манипулятора, как это случилось с героем сериала «Во все тяжкие».



ВИДОИЗМЕНЕННЫЙ УГЛЕРОД. 2 СЕЗОН

Действие 2 сезона киберпанк-детektива начинается спустя 30 лет после уже известных событий. Такеши Ковач в новой боевой оболочке (Энтони Маки) прибывает на планету Мир Харлана, где неизвестный убийца охотится на влиятельных «мафов», убивая не только оболочку, но и «стэк». К одному из них Такеши и поступает телохранителем, но слишком поздно – убийцу уже не остановить.



МИР ДИКОГО ЗАПАДА. 3 СЕЗОН

Минимум загадок, внятная сюжетная канва, как обещает Джонатан Нолан. Продолжение истории бунта роботов против своих создателей, под заголовком «Новый мир», перемещается в мир людей (где мы увидим судьбу роботов-слуг) и новые парки Делоса (в частности, в парк о Второй мировой войне). К основному актерскому составу присоединились Аарон Пол, Венсан Кассель и Лина Уэйт.



ЧУЖАК

Древние демоны из легенд, двойники и тяга к насилию, передающаяся как вирус: Стивен Кинг наконец получил достойную экранизацию своего романа. Сериал рассказывает о расследовании смерти одиннадцатилетнего мальчика, который, по мнению следствия, был убит местным футбольным тренером. Но все гораздо сложнее...



ПРАВИЛА ЖИЗНИ

5 февраля в возрасте 103 лет ушел из жизни
величайший актер КИРК ДУГЛАС

*Давайте детям больше свободы. Пусть делают ошибки.
Не заваливайте их советами. Уважайте в ребенке личность. Это как
игра в кости: ты их кидаешь и смотришь, что выпадет.*

Чем ты старше, тем глубже чувствуешь любовь.

*Если бы я встретил человека, который ни разу в жизни не согрешил,
я вряд ли захотел бы с ним общаться. Люди с недостатками интереснее.*

*Если вы хотите чего-нибудь добиться, у вас должно хватать
мужества на неудачи.*

*Я говорю сыновьям, что у меня в детстве были привилегии,
которых они лишены. Я родился в самой ужасной нищете. Мне некуда
было двигаться, кроме как вверх.*

Религия убила миллионы людей. Что-то с ней явно не так.

*Чем больше я изучал Тору, тем меньше во мне оставалось
религиозного. Я понял, что богу не нужны наши хвалы. Он хочет
от нас только одного — чтобы мы стали лучше.*

*Когда меня позвали в Голливуд в первый раз, я отказался.
Потом родился Майкл, а денег не было, и я приехал. Иногда то,
что тебя связывает, в то же время дает тебе свободу.*

Самолюбие есть у каждого.

*Прежде всего в женщине меня интересуют женственная теплота.
Она никак не связана с красивым личиком.*

*Может быть, после смерти вы окажетесь перед
большим бородатым стариком на большом троне и спросите у него:
«Это рай?» А он ответит: «Рай? Да вы только что оппудите!»*

Процесс обучения идет вплоть до самой смерти.

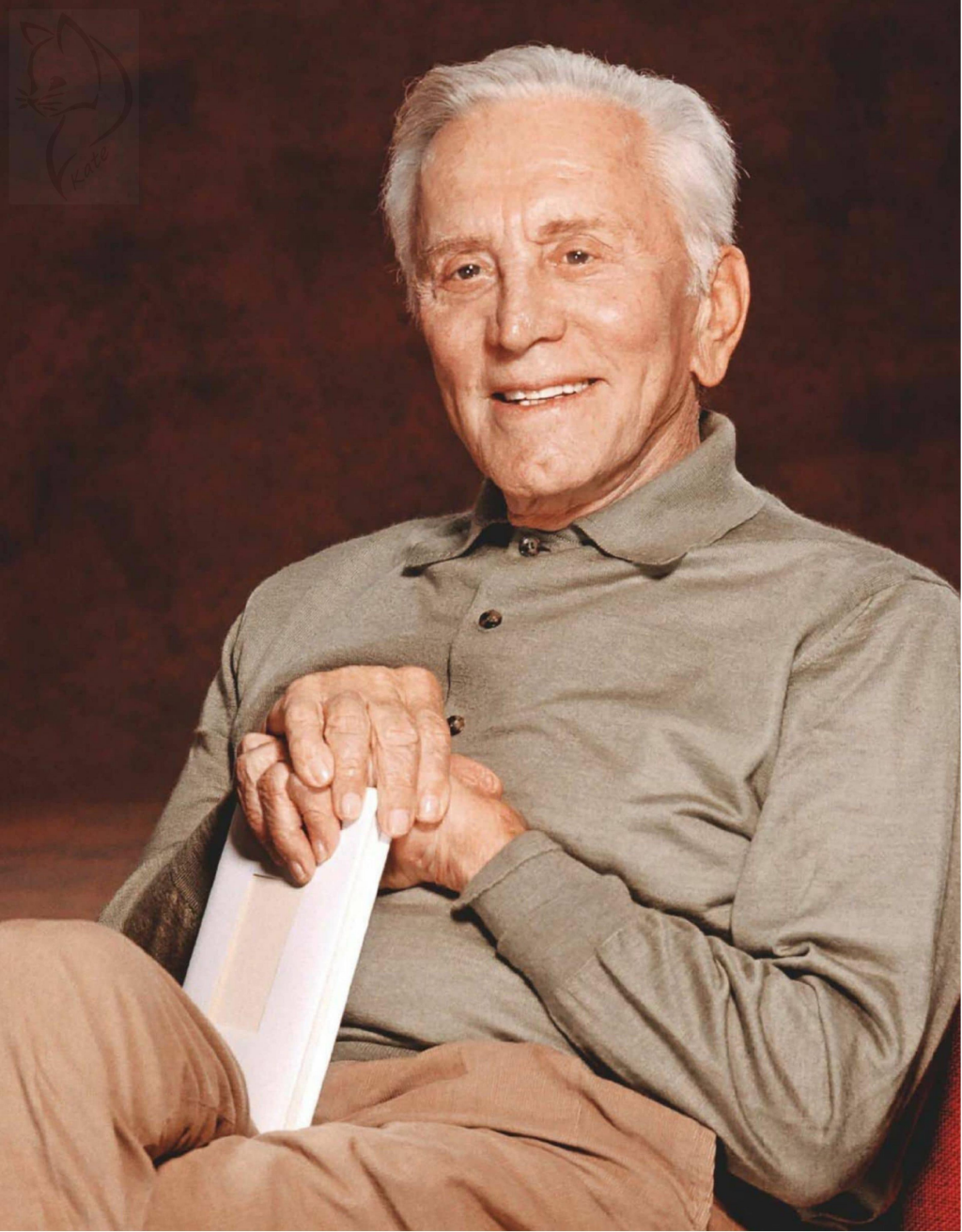
*У нас с мамой была очень бедная семья. Помню, в детстве
сидим мы в нашей комнатухе, и раздается стук в дверь — почти каждый
вечер какой-то нищий просил у нас еды. И хотя нам самим не хватало про-
дуктов, мама всегда находила что-то для этих людей.*

*Может, на свете и нет мира. Не знаю... Но я уверен, что, пока дышишь,
нужно быть верным себе.*



Спартак, викин-
г Зинар или Вин-
сент Ван Гог —
звездный актер
золотой эры
Голливуда гени-
ально справлялся
с любой ролью.







ЕДА

ТЕЛЯЧЬИ НЕЖНОСТИ

Казалось бы, что можно сделать с мясом – пожарить его и все! Но не торопись греть сковороду. Креативный гений от кулинарии (и сегодня это ты) способен превратить кусок хорошей телятины в... ТАРТАР С СЫРНЫМ КРЕМОМ!

Гнаться за «мраморностью» в случае с этим рецептом не стоит. Нужно охлажденное, постное мясо, иначе жирный привкус все испортит. С заправкой тоже не переборщи. Ведь сам формат блюда предполагает, что тебе предстоит почувствовать и оценить вкус самого мяса.

ИНГРЕДИЕНТЫ

100 г	телячья вырезка
10 мл	оливковое масло
5 мл	триофельное масло
5 мл	соевый соус
10 г	фундук
3 шт.	перепелиные яйца
4 шт.	чипсы из тапиоки
	салат мангольд

ДЛЯ СЫРНОГО СОУСА

25 г	твердый сыр (пекорино или пармезан)
50 мл	сливки
	соль и сахар по вкусу

на 1 порцию

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Вырезку телячью очистить от жира и пленки, мелко нарезать. Заправить оливковым и триофельным маслом. Добавить соевый соус, посолить и поперчить.
2. На водяной бане смешать сливки, соль, сахар и натертый на мелкой терке сыр. Аккуратно перемешать и довести до кремовой консистенции.
3. Получившийся крем охладить при комнатной температуре, не используя лед.
4. Фундук обжарить на сковороде. Дать остыть и измельчить.
5. В центр тарелки вылить сырный крем, выложить заправленный тартар, жареный фундук, 3 перепелиных желтка.
6. По сути тартар готов. Кто-то добавляет в него коришоны, лук или чеснок. Но наш шеф-повар не в восторге от подобных добавок, так как лишние ингредиенты перебивают вкус мяса.
7. Перед подачей блюдо можно украсить чипсами из тапиоки и листьями салата мангольд.

ТАРТАР – БЛЮДО, СПОСОБНОЕ УДОВЛЕТВОРИТЬ КАК ЭСТЕТИЧЕСКИЙ ВКУС, ТАК И ПЕРВОБЫТНЫЕ ИНСТИНКТЫ!

НАТОЧИТЬ НОЖ

Главный секрет успеха – мясо нужно резать только ножом! Не используй мясорубку или блендер – блюдо потеряет часть вкусовых качеств. И не используй переохлажденное мясо. Оставь его на столе при комнатной температуре хотя бы минут на двадцать. Таким образом ты позволишь вкусу телятины максимально раскрыться.

КРУТАЯ ПОДАЧА

Наш эксперт по приготовлению тартара – Кристиан Лоренцини. Шеф-повар из Тосканы, творящий гастрономические чудеса в именном ресторане Christian (Кутузовский проспект). Блюда с необычной подачей – его фишка. Так, например, сигаза запекают в черной соли и эффектно поджигают прямо перед изумленными посетителями. Меню регулярно пополняется новинками и сезонными предложениями, а недавно в ресторане установили аквариум с морскими гадами. Можешь присмотреть самого аппетитного лангустина и тут же заказать его на стол. Не стесняйся!



МЁДОМ НАМАЗАНО

Научиться готовить авторские коктейли – настоящая суперспособность. Сегодня в нашей программе ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ РЕЦЕПТ. Список ингредиентов вызывает интерес и уважение к делу мастера!

Название Don't tease the bees («Не дразните пчел» – англ.) этому напитку дали неспроста. Концепция его приготовления подразумевает максимальное использование продуктов пчеловодства.

Тут и медовые соты, и настойка на цвететях таволги (кто знает это растение, помнит его чудесный медовый аромат), и сироп, приготовленный из пчелиной пыльцы и липового меда. А в качестве завершающего штриха – распыление виски, имитирующее окуривание пчелиных ульев. Гарнировкой коктейля служит сладкая медовая сота, приготовленная из белого шоколада с соком юдзу.



РУКА МАСТЕРА

Поклонникам авторской миксологии хорошо знаком бармен Василий Желов, работающий в концептуальном пространстве Community на Космодамианской набережной.

Стараясь свести к нулю использование фабричных сиропов, ликеров и премиксов, мастер готовит настойки и заготовки самостоятельно из натуральных ингредиентов и внимательно следит за сезонностью.

ИНГРЕДИЕНТЫ

40 мл	джин, настоянный на медовых сотах
20 мл	вермут, настоянный на таволге
10 мл	медовый сироп с пчелиной пыльцой
10 мл	ликер из бузины
15 мл	свежевыжатый сок лимона
20 мл	свежевыжатый сок грейпфрута
15 мл	пастеризованный яичный белок

ДЛЯ СЕРВИРОВКИ

дымный виски
юдзу-шоколад

на 1 порцию

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Взбить в шейкере все ингредиенты и процедить через сито в бокал «олд фэшн» на крупный кусок льда.

Для того чтобы пена получилась пышной, взбивая коктейль сначала с двумя небольшими кусочками льда, а затем досып в шейкер лед и еще раз взбей напиток (так он охладится до необходимого температур).

Посуду для подачи коктейля стоит также охладить в морозилке. Как только ты сервировал коктейль в бокал, необходимо распылить над его поверхностью из спрея дымный виски. Финальным жестом укрась бокал ломтиком юдзу-шоколада.

«МЕДОВЫЕ» НАСТОЙКИ МОЖНО ПРИГОТОВИТЬ САМОМУ!

Медовые соты помещают в стеклянный сосуд, заливают джином и настаивают 3 дня (0,5 кг сот на 1 л джина). Затем настойку нужно процедить через кофейный фильтр.

В бутылку с вермутом добавляют 2 ст. л. сушеных цвететей таволги (продаются в чайных магазинах) и настаивают в прохладном темном месте в течение 3 дней. Затем процеживают.

Для приготовления медового сиропа необходимо смешать в сотейнике акacieвый мед (500 мл), питьевую воду (300 мл), пчелиную пыльцу в гранулах (10 г). Не доводя до кипения, растворить и процедить через нетканое полотно.

Шоколад в виде медовых сот можно тоже приготовить самостоятельно. Шоколад с соком юдзу растапливают и разливают на пузырчатый целлофан. Дают ему остыть и затвердеть и произвольно разламывают.





ПОПУТНОГО ВЕТРА!

VOLKSWAGEN выводит на российский рынок новый PASSAT, в трех комплектациях и с широким набором инновационного оборудования на борту. Новинка доступна для заказа во всех официальных дилерских центрах марки

Volkswagen Passat доступен в трех комплектациях: Respect (от 1829000 руб.), Business (от 2199000 руб.), Exclusive (от 2345000 руб.). Автомобиль предлагается с двумя бензиновыми двигателями на выбор: 150 л.с. или 190 л.с. Оба силовых агрегата доступны с 7-ступенчатой DSG, а 150-сильную версию можно также заказать с 6-ступенчатой механической коробкой. В Passat реализована совершенно новая система головного освещения со светодиодными фарами, светодиодными дневными ходовыми огнями и противотуманными

фарами с функцией подсветки поворотов. Экстерьер нового Passat отличают модернизированная решетка радиатора, новый передний бампер и задний диффузор. В интерьере предлагается широкий выбор материалов и цветов отделки, атмосферная подсветка с плавной регулировкой тона и возможностью выбора одного из 30 оттенков.

Большой выбор дополнительного оборудования позволяет персонализировать автомобиль с учетом собственных предпочтений.



HYUNDAI SOLARIS

ОКЕАН ВОЗМОЖНОСТЕЙ

Обновленный HYUNDAI SOLARIS — это спортивный дизайн, отвечающий запросам потребителей, проверенные временем эффективные двигатели, современный интерьер, повышенный комфорт и безопасность

В ходе глубокого рестайлинга дизайн кузова обновленного Hyundai Solaris приобрел более спортивные черты из-за изменившегося вида переднего бампера и хищных фар, соединенных с новой, укрупненной решеткой радиатора, получившей актуальную ячеистую структуру.

Интерьер и приборная панель также изменились. В салоне установлена обновленная мультимедийная система с 8-дюймовым сенсорным экраном. Которая поддерживает интерфейсы Apple CarPlay и Android Auto, дополнена портами USB и AUX и оборудована встроенной системой Яндекс.Авто, которая включает Яндекс.Навигатор и голосового помощника «Алису».

Обновленный Hyundai Solaris оснащен удаленным запуском двигателя, который позволяет автономно прогреть мотор и салон седана, что покупатели по достоинству оценят в осенний и зимний сезоны. Сохранены функции подогрева задних сидений и лобового стекла. Обновление также коснулось боковых зеркал

HYUNDAI SOLARIS

Кузов
седан

Габариты
4 405 мм /
1 729 мм /
1 469 мм

Мощность
(Gamma 1.6 MPI)
123 л.с.

Скорость
(6АКПП)
192 км/ч

авто: теперь они складываются автоматически.

Линейка силовых агрегатов включает два уже зарекомендовавших себя экономичных мотора Карра и Gamma объемом 1,4 л и 1,6 л и мощностью 100 и 123 л. с. соответственно. Оба двигателя комплектуются 6-ступенчатой механической или автоматической трансмиссией. Независимая подвеска МакФерсона спереди и полунезависимая сзади обеспечивают автомобилю оптимальную плавность хода. Улучшенная шумоизоляция колесных арок обеспечит дополнительный комфорт в салоне. За безопасность водителя и пассажиров во время движения отвечает система курсовой устойчивости, датчики мониторинга давления в шинах, система экстренного оповещения ЭРА-ГЛОНАСС и подушки безопасности (до 6 штук в зависимости от комплектации). Российским покупателям обновленный Hyundai Solaris доступен в четырех комплектациях — Active, Active Plus, Comfort и Elegance. А также в версии Special Edition.

LIQUI MOLY!

ТАМ, ГДЕ СПОРТ

Готовность к жестким испытаниям и стремление быть лучшим – вот что объединяет ИЗВЕСТНОГО НЕМЕЦКОГО ПРОИЗВОДИТЕЛЯ СМАЗОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ И КРУПНЕЙШИЕ МИРОВЫЕ СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ.

LIQUI MOLY давно вышел за границы автоспорта и теперь представлен во многих других видах, не связанных с техникой

Тем, кто полностью уверен в качестве своей продукции, не страшны любые испытания. Именно поэтому бренд LIQUI MOLY уже не первый год неразрывно связан с миром спорта, непредсказуемым и экстремальным. Многие технологии, которыми пользуются сейчас рядовые автолюбители, пришли к нам именно со спортивных треков. В сотрудничестве с ведущими автоспортивными командами LIQUI MOLY непрерывно совершенствует свои продукты в условиях строгих регламентов и предельных нагрузок. С 2019 года компания, чье имя уже не давно не нуждается в представлении, стала официальным спонсором королевских автогонок Formula-1.

Широкая линейка смазочных материалов позволяет LIQUI MOLY присутствовать в самых разных классах. С 2015 года немецкий бренд является эксклюзивным поставщиком смазочных материалов для команд популярных серий мотогонок Moto2 и Moto3. В своей истории компания не раз поддерживала гонки грузовиков, скоростных катеров, многодневные ралли «Дакар». Под эгидой LIQUI MOLY прошла не одна гонка на выносливость – 12-часовые заезды спортсменов на легендарной трассе Mount Panorama в Австралии хотя и не так известны, как европейский Ле-Ман, но по сложности и накалу страстей ничуть не уступает «конкуренту».

Немецкий бренд стал титульным спонсором этого популярного соревнования.

LIQUI MOLY стал настолько прочно ассоциироваться со спортом, что партнерство распространилось и на те виды, где не задействованы механические узлы и агрегаты. Правда, и здесь бренд продолжает соседствовать с высокими скоростями: например, в бобслее, где профессиональные спортсмены развивают скорости до 160 км/ч, или прыжках с трамплина, где лыжники всего за 5 с разогнаются до 100 км/ч словно заряженный болид.

Два года назад LIQUI MOLY подписал договор о сотрудничестве с самым популярным баскетбольным клубом мира Chicago Bulls, годом ранее немецкий бренд стал партнером неоднократного победителя лиги NHL, команды Los-Angeles Kings. Столь обширное сотрудничество компании со звездами самых разных видов спорта в полной мере соответствует идеологии компании: динамично развиваться и стремиться к лидерству во всех направлениях. Масло LIQUI MOLY производится только в Германии.

Несмотря на представленность и активность во всем мире, вся продукция LIQUI MOLY производится только в Германии на двух заводах в городах Ульм и Саарлуи, а затем поставляется более чем в 130 стран. Поэтому, покупая продукцию LIQUI MOLY в любой точке мира, вы получаете одинаково высокое качество!





ТО, ЧТО НАДО!

Старший на сегодня кроссовер семейства Opel подкупает немецким качеством сборки, задорным характером и лучшими передовыми технологиями в своем сегменте. Наш вердикт: OPEL GRANDLAND X – это новая достойная страница в истории старого доброго бренда





Е

Если задаться целью найти золотую середину между ценой, качеством, эстетикой и практичностью, то новый Opel Grandland X займет в списке претендентов не последнюю строчку. Помимо более чем адекватного прайса флагманский кроссовер линейки Opel не так изощрен в дизайнерских выкрутасах, как его соплатформенный брат Peugeot 3008, но это и к лучшему: Grandland X подкупает драйвера другими «прятниками».

Комфортный и просторный салон с достойным уровнем шумоподавления, продуманная эргономика, интуитивно понятное управление важными бортовыми функциями и системами, качественная отделка и сдержанно-стильный, без футуристичного выпендрежа, интерфейс приборной панели. Впрочем, «протачком» Opel Grandland X тоже не назовешь. Несмотря на немецкий подход, в комплектации Innovation кроссовер «нафарширован» не хуже прочих – как умной электроникой, так и актуальными аналоговыми техническими решениями. Тут тебе и традиционная для продукции концерна PSA альтернатива полному приводу – система Grip Control, и подогрев всех четырех сидений и лобового стекла, и бесключевой доступ, адаптивная Full LED-оптика с автоматической регулировкой дальнего света High Beam assist, парковочные датчики, камера заднего хода и полноцветный 7-дюймовый сенсорный экран мультимедийки с поддержкой Android Auto и Apple Car Play. Вспомогательных систем, отвечающих за комфортную и безопасную езду, на борту в избытке: системы курсовой стабилизации, контроля полосы и распознавания дорожных знаков, адаптивный круиз, мониторинг слепых

зон, система экстренного торможения, 6 подушек безопасности, вместительный багажный отсек на 514 л с поднятой спинкой – словом, все, что нужно для приятного воая на дальние расстояния.

Переднеприводный Grandland X в России доступен с бензиновым турбомотором 1.2 (130 л.с.) и дизелем 1.6 (120 л.с.) с 6-ступенчатой механикой или 8-ступенчатым автоматом. Не густо, но для начала пойдет. Тем более что дизель достаточно приемистый, шустрый и «каши не просит» – паспортные 4 л по трассе практически совпадают с реальным расходом даже на наших богом проклятых дорогах. Кроссовер цепко держит курс и послушно реагирует на рулевые маневры. На откровенное бездорожье сунуться мы не решились – клиренс автомобиля все-таки маловат для глубоких ям и диких валунов. Но зимнюю грязь и песок пять режимов вспомогательной электронной системы Grip Control «перемалывают» вполне успешно.

И пожалуй, немаловажным фактом станет то, что Grandland X, да и вся современная линейка бренда Opel, уверенно смотрит в будущее – новая генерация водителей, ценящих актуальный дизайн, динамику, умную начинку и активный стиль жизни, наверняка по достоинству оценит этот надежный, многофункциональный и комфортный городской кроссовер.

ОPEL GRANDLAND X

Габариты

4,5/1,9/1,6 м

Мощность

130 л.с.

Разгон

12,8 с/100 км/ч

Скорость

192 км/ч

Расход (комб.)

4,2 л на 100 км





ДЕВУШКА С ОБЛОЖКИ

ЛЮБЛЮ ВОСХИЩАТЬ!

АННАБЕЛЛЬ НИЛЬСЕН впервые снималась НЮ для Playboy и честно призналась, что чувствовала стеснение во время фотосессии. «Хочу комплиментов и восхищения!» – смеется АннаБелль. Мы сражены грацией и пропорциями нашей героини.

Нам не жалко самых пылких слов. Аплодисменты!

instagram @Annabelle1310











АннаБелль, ты телеведущая, модный бьютиблогер и фитнес-модель, ведешь канал на Youtube и паблик в Инстаграм, где делишься советами, как ухаживать за собой. Что доставляет тебе самое большое удовольствие?

Любовь, счастливые отношения, успехи в жизни. Я хорошо ориентируюсь в индустрии красоты, и мне доставляет удовольствие делиться советами, своим опытом.

Часто ты снимаешься «ню»?

Для Playboy я сделала это впервые и признаюсь честно: чувствовала стеснение. Безусловно, у меня были съемки в белье. Годы тренировок в спортзале и усердная работа над своим телом – это непросто, но, разумеется, иногда приятно это продемонстрировать и услышать комплименты в свой адрес.

Какую мечту ты воплотила в жизнь?

Нравиться себе в зеркале и на фотоснимках.

А кем видишь себя через 10 лет?

Счастливой, успешной женщиной.

Какие качества ценишь в себе и в других?

Честность и искренность, и от людей жду того же.

Хотела бы что-то изменить в себе?

Жизнь – это постоянное самосовершенствование. Я хотела бы узнавать как можно больше нового, получать разные навыки, а также становиться с годами все краше. Ведь главное – завтра стать лучшей версией сегодняшней себя.

Есть что-то, чего не хватает для полного счастья?

Пожалуй, со временем понимаешь, что самое главное – крепкие отношения и счастливая семья. Этого и не хватает. И я открыта для счастья!

Youtube: annabelle1310

FB: annabelle1310

VK: annabelle1



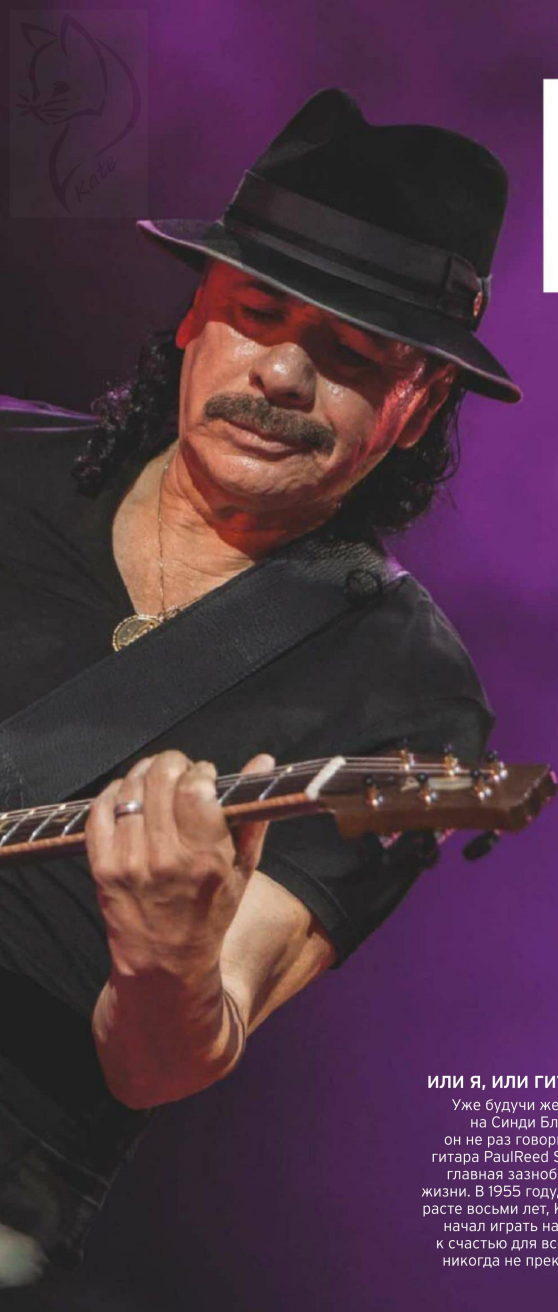
ИНТЕРВЬЮ

»МУЗЫКА ДАЕТ НАМ СМЕЛОСТЬ И НАДЕЖДУ

Бог гитары **КАРЛОС САНТАНА**,
50 лет назад с фурором выступивший
на музыкальном фестивале Woodstock, все еще
остается таким же хиппи и **ДО СИХ ПОР**
НЕ УТРАТИЛ ЧУВСТВО ВЕЧНОЙ
МОЛОДОСТИ. В чем же секрет его
формулы жизни?

Как в игре на гитаре, так и в создании легендарных композиций Карлос Сантана – мастер. Впервые он вышел на сцену легендарного фестиваля в Вудстоке в 1969 году и стал всемирно известным. Свой 25-й студийный альбом, *Africa Speaks*, музыкант выпустил 7 июля 2019 года – как раз к юбилею Woodstock и почти к 20-летию легендарного альбома *Supernatural* (тираж превысил 30 миллионов копий), получив 8 премий «Грэмми». Сантана принял нашего автора в офисе в Сан-Рафаэле, пригороде Сан-Франциско. 71-летний музыкант был полон сил и энергии. Итак, поехали.

текст **STEFFEN RÜTH**
перевод **СВЕТЛАНА ХОДАКОВСКАЯ**



«ЕСТЬ ПОДРОСТКИ, КОТОРЫЕ, НА МОЙ ВЗГЛЯД, ВЫГЛЯДЯТ СТАРШЕ, ЧЕМ Я, ПОТОМУ ЧТО ОНИ БОЯТСЯ. БОЯТСЯ БУДУЩЕГО, БОЯТСЯ ЖИЗНИ, БОЯТСЯ ВСЕГО. СТРАХ ДЕЛАЕТ ТЕБЯ СТАРЫМ»

Карлос, вам перевалило за 70. Соответствует ли цифра в паспорте внутреннему возрасту?

Если мы поменяем цифры места-ми, получится ближе к истине. Иногда я даже чувствую себя на 17. Некоторые кости, конечно, ноют на погоду, но я стараюсь не обращать на это внимания.

Возраст для вас не больше, чем просто цифра?

Еще меньше! Я не обращаю на это внимания, не трачу свою жизненную энергию на размышления о том, как должен вести себя 71-летний мужчина в современном обществе. Я встречаю так много людей, которые моложе меня, но выглядят они в два раза старше. Они себя ведут и разговаривают, как люди, которые от жизни ничего больше не ожидают и в лучшем случае просто хотят, чтобы их оставили в покое.

А что хотите вы?

Я хочу навсегда сохранить свою невинность и жажду приключений. Если у тебя это есть, ты сам по себе остаешься молодым. Тот, кто стареет, становится циничным и высокомерным. Оба эти качества я презираю. Есть подростки, которые, на мой взгляд, выглядят старше, чем я, потому что они боятся. Боятся будущего, боятся жизни, боятся всего. Страх делает тебя старым.

Что сохраняет вам молодость?

Любовь.

Любовь всей вашей жизни — игра на гитаре?

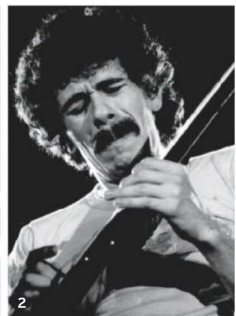
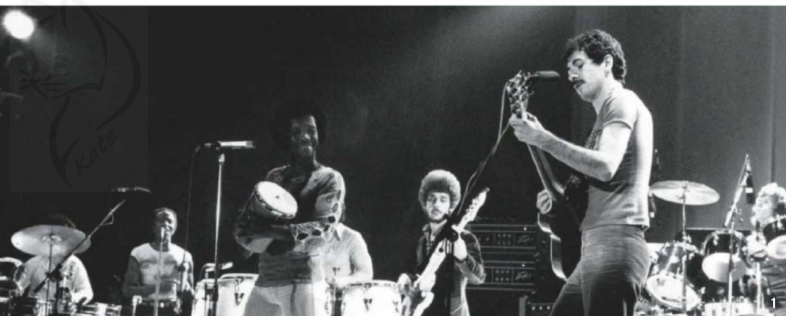
Я посвятил этому всю свою жизнь. Когда мы недавно завершили часть тура, а через несколько дней предстояло снова в путь, как думаете, что же я делал в свободное время? Как вообще провожу свой день?

Мне кажется, что вопрос риторический, и ответом вряд ли будет «пью холодное пиво у бассейна» или «сижу у телевизора».

ИЛИ Я, ИЛИ ГИТАРА!

Уже будучи женатым на Синди Блэкман, он не раз говорил, что гитара Paul Reed Smith — главная зазноба в его жизни. В 1955 году, в возрасте восьми лет, Карлос начал играть на ней и, к счастью для всех нас, никогда не прекращал

ФОТО: REZ/ISTOCKPHOTO.COM, GETTY IMAGES/RUI, INSTAGRAM.COM/CARLOSSANTANA



Верно, мой друг! Этим утром я был занят тем, что запоминал новую мелодию и подбирал к ней аккорды. *(Начинает напевать)* Нести музыку поклонникам для меня так же важно, как и обеспечивать людей в пустыне пресной водой. Нам всем нужна музыка, чтобы жить. Она дает каждому из нас смелость и надежду.

У СЕКС ОПРЕДЕЛЕННО ЯВЛЯЕТСЯ ЧАСТЬЮ НАШЕЙ ИГРЫ. ВЕДЬ НЕДАРОМ МНОГИЕ ПЕСНИ НАЧИНАЮТСЯ СПОКОЙНО, А ПОТОМ ПРЕВРА- ЩАЮТСЯ В НАСТОЯЩИЙ ВУЛКАН

Ваш альбом 2019 года называется *Africa Speaks*. О чем же говорит этот континент?

Африка говорит, что мир, радость и свет сильнее страха. Надежда, смелость и любовь – самые важные ценности, и они повсюду.

Вы всегда верили в это.

Да, это правда. Но ведь это здорово, когда кто-то постоянен в своих убеждениях и оказывает сопротивление только в случае какой-то необходимости.

Сегодня больше, чем когда-либо? Да. Я хочу донести свое бесстрашие в массы в это беспокойное время и своим образом жизни подавать пример остальным. Значительная часть политиков и СМИ разжигают непонимание во всем мире. Поощряется страх, пропагандируются разногласия, экономическая война –

новый идеал. Ужасно.

Вы родились в Мексике и, будучи ребенком, иммигрировали с родителями в США, в Сан-Франциско. Что вы думаете о решении Дональда Трампа построить стену на границе с Мексикой?

Я думаю, что Трамп неправ. Что он делает большую ошибку. Сработала ли Берлинская стена? Я очень хорошо помню, как здесь, в США, все бросились друг другу в объятия, когда упала чертова стена 30 лет назад. В то время люди повсюду праздновали единство и гармонию. А стена – символ противоположного. Стена – это сооружение страха, разделения, алчности. Но к сожалению, Европа ничем не лучше. Это невыносимо, что африканцам-беженцам больше не разрешено причаливать на своих лодках к берегам Европы: и поэтому они бесцельно дрейфуют через море и часто погибают. Мы играем музыку, и в этом альбоме особенно получились африканские мотивы. Чтобы люди расслабились и понимали, что они в первую очередь люди. И что все остальные люди – тоже люди. Не чужеземцы, не незваные гости и не враги. Я имею в виду, что мы все живем на одной планете, а не в разных галактиках. *(Смеется.)*

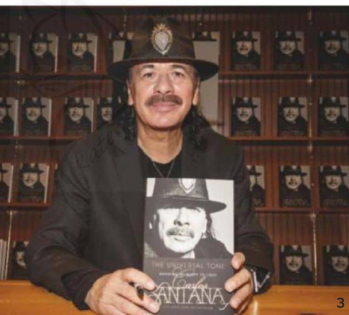
Вы хиппи?

Всегда им был. Я следую традициям Боба Марли или Джона Леннона. Мы мечтатели, но мы также что-то создаем и показываем на своем примере, а именно спокойную атмосферу гармонии и сострадания. Это дает мне энергию и желание смотреть на мир глазами маленького ребенка. Без цинизма,

без высокомерия. Я отказываюсь думать, что весь мир идет на дно. И пускай Пентагон, ФБР, ЦРУ и Голливуд продолжают зарабатывать на продаже страха. Мне же самому страх предельно надел.

Пятьдесят лет назад был выпущен ваш первый альбом Santana, а ваше выступление в августе 1969 года на легендарном фестивале в Вудстоке сделало вас всемирно известным. Что приходит на ум, когда вы вспоминаете Woodstock? Ой, этот фестиваль был божественно катастрофой. Еды почти не было и укрыться было негде, погода была ужасной, и все же все было мирным и преисполненным любви, люди внимательно слушали друг друга. Не было никакого насилия, никаких драк, все заботились друг о друге. По сей день люди справедливо говорят о Woodstock как о действительно мистическом событии.

Тогда мир был не менее безумен. США воевали во Вьетнаме, расовая несправедливость ощущалась гораздо сильнее, чем сегодня. И вот тогда появились дети мира и свободы – хиппи. Ситуации, например, 1969 года и 2019-2020 годов можно легко сравнить. Дональд Трамп декларирует те же принципы, что и Линдон Бэйн Джонсон, Рональд Рейган, Ричард Никсон. Трамп – представитель всего плохого и мерзкого. Он тоже продавец страха. И он, в свою очередь, контролируется людьми, которые находятся в тени, людьми, которые имеют гораздо больше денег, чем он. Фильм, который демонстрирует Трамп, пресный и шит белыми нитками.



ПРИВЕРЖЕНЕЦ УЧЕНИЯ ГУРУ, БОГ ГИТАРЫ, WOODSTOCK-ЛЕГЕНДА

1 Группа Сантаны дает легендарный концерт на стадионе Уэмбли (Великобритания) в 1977 году. 2 Карлос Сантана, мексиканский рок-идол 70-х. 3 Сантана на презентации собственных мемуаров, книги The Universal Tone: Bringing My Story To Light в 2014 году в Лас-Вегасе. 4 Высочайшие мировые награды (девять «Грэмми») принес ему альбом Supernatural в 1999 году. 5 Новый хит, попавший в «Зал славы рок-н-ролла»: 25-й студийный альбом Africa Speaks, выпущенный 7 июля



Напоминает ли вам молодежь, которая в настоящее время выступает против ношения оружия или изменения климата, хиппи из прошлых лет?

Дети замечательные! Они дают мне уверенность в том, что люди все-таки могут чему-то научиться и двигаться вперед.

Как вы познакомились с испанской певицей Буйкой, голос которой часто встречается в ваших песнях в альбоме?

Там, где в наше время люди обычно находят друг друга: в социальной сети. Очень жаль, что в мире закрываются музыкальные магазины. Я обожаю тактильные ощущения: прикасаться к альбомам, брать их в руки, нюхать полиграфическую краску, читать информацию в буклете. Всего этого не найдешь в Сети. Я думаю, нужно возродить продажу винила, пусть это будет выглядеть как музей, но тем не менее поклонников осталось еще очень много. А пока я ишу новую и захватывающую музыку в Сети. Буйка появилась на экране моего компьютера в три часа ночи. Меня настолько поразила ее голос, что я сразу же спросил

ее, не хочет ли она поучаствовать в моем проекте, и она ответила «да».

А сами не можете открыть подобную сеть магазинов? Вы владеете мексиканскими ресторанами под названием Maria Maria.

А это идея! Звучит круто. Когда придумаю отличное название для этой сети, я возьмусь за дело.

Вы записали Africa Speaks вместе с влиятельным продюсером последних 25 лет Риком Рубином в его студии Shangri-La в Малибу.

И Руби, и вы — слегка удивительные личности в хорошем смысле слова. Как вы поняли друг друга?

Мы задали важный вопрос. Наша работа была похожа на долгое изнурительное... крещение. За десять дней мы создали и обработали 49 песен, что физически невозможно. Между нами возникла новая форма энергии. Это была моя идея — работать с Риком, и я не был разочарован. Атмосфера в студии была полна веры и страсти к музыке.

Извините, а насколько безумным вы становитесь, когда играете на гитаре?

Вам нечего извиняться. Я не нахожу этот вопрос оскорбительным,

наоборот — весьма уместным. Просто посмотрите на форму гитары. Играть на этом инструменте так же прекрасно, как есть шоколад или целоваться.

Является ли гитарная музыка неким эротическим актом?

Да, для меня музыка и секс настолько тесно связаны друг с другом, что практически образуют неразделимое целое. Они создают в моей душе прекрасное, даже божественное чувство. Если ты не дышишь или не пьешь, ты умрешь. И если ты лишен романтики или любви, ты тоже умрешь. Людям необходимо прикосновение, близость, иначе они со временем превратятся в кактусы, и к ним будет трудно приблизиться. Но секс — более широкое понятие, оно включает объятия, эмоции. Здесь мы снова видим параллели: музыка без чувств — это просто звук.

Насколько сексуально звучит гитара для вас?

Очень сексуально и вдохновляюще. Фламенко, блюз, Джимми Хендрикс — вся эта музыка очень возбуждающая.

Ваша жена Синди Блэкман Сантана играет в вашей группе на барабанах. Ее игра вас заводит?

Синди играет так, что всем становится жарко на площадке. То, что моя жена испытывает на сцене, — это взрыв эмоций.

Для меня и Синди концерты — совершенная форма полового акта, если хотите. Секс определенно является частью нашей игры.

Ведь недаром многие наши композиции начинаются спокойно, а потом превращаются в настоящий вулкан эмоций.

ЭЙФОРΙΑ ГОЛОВНОГО МОЗГА

*Нейроэстетика помогает нам
понять, ЧТО ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ
МОЗГ СЧИТАЕТ КРАСИВЫМ.*

*Но можем ли мы доверять этой новой
экспериментальной области научного
знания и корпорациям, извлекающим
прибыль из ее достижений?*



Представьте, что вы просыпаетесь в квартире, где все процессы контролирует умный помощник. Буквально все – от картин на стенах до столовых приборов на кухне – тщательно подобрано в угоду вашим эстетическим предпочтениям. Освещение (приглушенные оттенки саванны на восходе солнца) успокаивает вас, навевая воспоминания о прекрасных днях в отпуске. Комната украшена комнатными растениями, которые источают O_2 и радуют натруженный взор.

Вы идете в ванную комнату и голодом активируете тщательно подобранный плей-лист. Смарт-динамик выдает идеальный звук с минимальным уровнем белого шума. Выбранные песни вызывают восторг и таким образом настраивают на продуктивный день, а каждая последующая песня стимулирует центр удовольствия в вашем

мозге. Чу! И смарт-динамик напоминает вам о завтраке, самой главной пище дня. Холодильник забит приготовленной и расфасованной здоровой едой, химический состав которой скрупулезно подобран специально для вашего организма.

В приложении для знакомств вы скролите список из уже отобранных кандидатов. Выбрались они со-

гласно реакции вашего мозга на тот или иной тип фигуры, цвет волос, глаз, поворот головы и прочее. Ваш виртуальный помощник круглые сутки записывает все данные окружающей среды, чтобы вы могли вносить изменения по мере необходимости.

Например, он вам подсказывает, когда можно переставить кресла, чтобы усовершенствовать фэншуй комнаты. Именно он сообщает вам, что вы находите интересным, что кажется актуальным в мире моды и что является искусством.

Звучит как отрывок из научно-фантастической книги? Или жизнь под чутким гиперэстетическим руководством всего лишь преувеличенная версия сегодняшних технотенденций? Греческий термин «эстетика» появился в английском языке в XVIII веке, когда философы пытались понять, как люди оценивают красоту и искусство. По мере активного развития науки психологи и все богаче переплетались ее постулаты и философские принципы.

Когда изучение мозга вышло на достаточно высокий уровень – а именно когда технологии формирования изображений позволили нейрочеловеку наблюдать за мозговой деятельностью, дисциплины психологии и эстетики заметно оживились. Внезапно появилась возможность активировать, картировать и записывать в виде цифровых данных каждую человеческую эмоцию.



текст DAISY LIOTO
перевод TATÁ SENIQUE

Давайте сделаем шаг назад и еще раз посмотрим на орган, о котором идет речь. Мы знаем, что «у нашего мозга нет специального модуля для восприятия эстетики и искусства», как говорит нейробиолог Анджан Чаттерджи, руководитель Нейроэстетического центра при Пенсильванском университете, а также лаборатории ChatLab, которая «исследует красоту, язык, мышление и мозг». Скорее, любой наш эстетический опыт основывается на информации, получаемой разными органами.

Модель, разработанная Чаттерджи, предполагает, что мы воспринимаем эстетику тремя способами: с помощью ума, органов чувств и эмоций. Когда мы видим объект, его изображение передается затылочным долям головного мозга. Это реакция на сенсорную стимуляцию. Наша эмоциональная реакция появляется в лимбических участках мозга, где расположен центр удовольствия, или система вознаграждения. Частично когнитивная реакция возникает в височной доле мозга, в которой мы сопоставляем объект с имеющимися у нас воспоминаниями и знаниями. Образование, культура и язык влияют на то, как мы воспринимаем и оцениваем объект.

Эти же участки мозга регулируют наше удовольствие от еды и секса. И все же теория эволюции пока не может полностью объяснить, что и почему мы считаем красивым.

Это говорит о том, что мы ничтожно мало знаем о мозге. «Еще предстоит разработать принцип картирования простых и визуальных свойств, таких как

В 1999 году британский нейробиолог Семир Зеки придумал термин «нейроэстетика», запустив таким образом новую область научного знания. С наступлением эры информационных технологий ученые стали применять знания о работе мозга в разных областях, включая те, которые отвечают за эстетическую сторону восприятия. Хотя обычно появление академической дисциплины – событие радостное в научной среде, некоторые ставят под сомнения сам факт правомерности этой области знания.

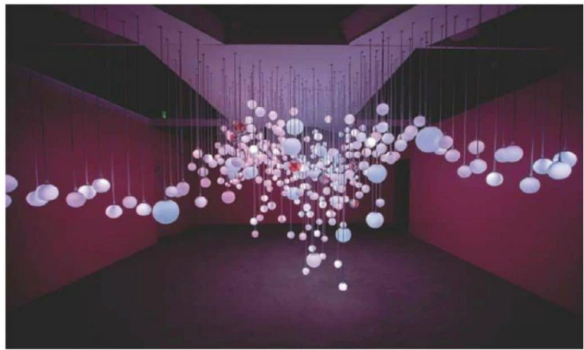
«Если мы допускаем, что человеческий мозг реагирует на искусство определенным образом, мы рискуем создать критерии «правильного» и «неправильного», – пишет Филип Болл, известный научный журналист и редактор журнала Nature.

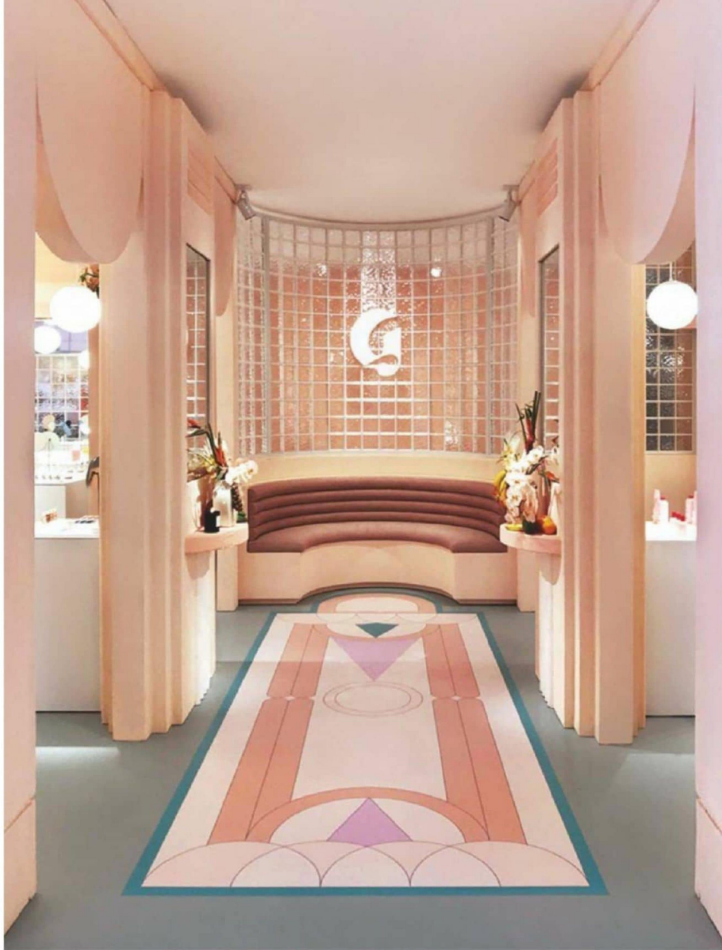
Еще одно критическое замечание высказывает философ Альва Ноз в авторской колонке для New York Times в 2011 году: «Нейронаука, которая фиксирует процессы в мозгу людей и максимум может описывать и анализировать их, является, скорее, неподходящим видом эмпирической деятельности для понимания искусства».

Как прародитель нейроэстетики ученый Зеки парирует: «Вы никогда не сможете составить полную теорию человеческой эстетики, не принимая во внимание орган, через который вы получаете тот самый эстетический опыт».

Слева: На Миланской неделе дизайна собрались компании, использующие нейроэстетику для создания иммерсивного опыта взаимодействия с брендом. Например, японская студия медиадизайна Rhizomatiks изготовила для Lexus инсталляцию «Направляя светом» (Leading With Light)

Внизу: В 2019 году в Лос-Анджелесе открылся музей The Museum of Dream Space, «первый музей цифрового искусства». Вдохновившись «Бесконечными зеркальными комнатами» художницы Яеи Кусамы (Yayoi Kusama), музей объединяет экспериментальное искусство с коммерцией





В марте онлайн-бренд косметики Glossier открыл в Майами розничный магазин, внутри отделанный в стиле исторического района Ар-Деко, а снаружи украшенный муралом художницы Джекки Комри (Jacquie Comrie)

форма, цвет, движение и расположение на шкале эмоциональных тонов», — пишет Чаттерджи в своей книге «Эстетический мозг» (The Aesthetic Brain). Несмотря на то что снимки мозга позволяют нам заглянуть прямо в его суть, все же «любое изучение снимков мозга очень упрощенно: мы в действительности берем только одну задачу и получаем некорректные снимки деятельности мозга», говорит Мартин Сков, исследователь из Датского исследовательского центра магнитно-резонансной томографии. — Печально, что пока работа нейронауки заключается в том, чтобы сформировать картину происходящего только на основе большого коли-

чества исследований, которые вы можете свести вместе». Другими словами, нейронаука неспособна различать субъективные значения (или универсальное значение) в индивидуальных объектах или предметах искусства.

Тем не менее многие нейробиологи любят говорить, что красота не в глазах, а в мозгу смотрящего. Однако, если разобраться в вопросе глубже, все не так уж однозначно. Ведь любые наши переживания, связанные с эстетикой, мы ощущаем всем телом. «Мозг вам нужен не для понимания искусства, а для регулирования процессов метаболизма и поддержания жизни», — говорит Сков.



ДУМАЮ, ЧТО МЫ НЕ МОЖЕМ ПРЕДСКАЗАТЬ, ЧТО ЛЮДИ БУДУТ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЭТОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ СОВЕРШЕННО ЭТИЧНО И ЗДРАВОО

В дополнение к происходящим в мозгу сенсорным, эмоциональным и когнитивным реакциям также важно текущее состояние тела. Телу холодно? Тело проголодалось? На МРТ эта информация не видна. Но она влияет на ситуацию извне.

«Когда вы разговариваете с людьми, не имеющими отношения к нейронауке, ваши ответы могут им не понравиться», – говорит Сков. К нему недавно обратился дизайнер, который хотел узнать, в какой цвет лучше покрасить стены в больничных палатах, чтобы пациенты быстрее выздоравливали. Ответ Скова был таков: «Невозможно предугадать реакцию каждого пациента на один и тот же физический стимул». Ответ классным не назовешь, но такова научная реальность.

Это, однако, не означает, что нельзя предсказать, какая внешняя среда нравится человеческому мозгу. «Исследования показывают, что эстетические качества архитектуры оказывают воздействие на наше настроение, работу когнитивных функций, поведение и даже ментальное здоровье», – утверждает в докладе 2017 года, написанном в соавторстве с Чаттерджи. Исследование 2015 года обнаружило, что открытые помещения и помещения с высокими потолками с большей вероятностью будут считаться красивыми. В другом исследовании предположили, что изогнутые пространства способствуют сотрудничеству между людьми. А еще одна работа была посвящена изучению того, как некоторые здания способны производить на людей медитативный или созерцательный эффект. Эти исследования построены на данных о субъектах, рассматривающих изображения 2D. Нейробиологи предполагают, что исследование пространств 3D потребует еще более точных научных методов, чтобы отфильтровать нерелевантные факторы.

Вы можете подумать, что нейроэстетика такая замороченная, что частью поп-культуры ей не стать, а вот и нет – уже стала. Вы, возможно, слышали, что комнатные растения положительно влияют на людей и делают жителей квартир счастливее. Это часть «гипотезы биофилии», которая так и осталась гипотезой. Научная работа 2011 года, написанная в соавторстве с Чаттерджи, обсуждает «влияние нейронауки на общественное мышление». Вот как индустрия здоровья сейчас легко маркирует продукты словами «зеленый», «органический» и «экологичный», так и маркетологи вертят приставку «нейро» как угодно. В качестве примера можно привести линию энергетических напитков Neuro (вкус Bliss должен снизить стресс своими «нейронными нутриентами») или программное обеспечение для пациентов с деменцией. «Программы мозгового фитнеса – это примеры продуктов, разработанных на основе правдоподобного научного обоснования, – говорится в научной работе. – Однако в этих случаях коммерция опередила науку. Маркетинг этих продуктов преувеличивает или неправильно представляет научные данные, стоящие за их производством».

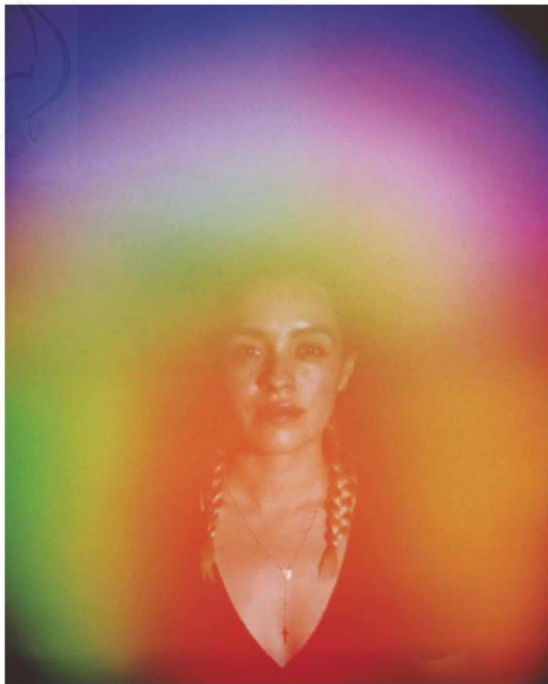
Но не только маркетологов вдохновляет зарождающаяся область нейроэстетики. Гуманитарии тоже

заинтересовались ее основополагающими принципами. Ани Лиу – «экспериментальная художница» и стипендиатка Принстонского университета в области искусств этого года. Ее работа «исследует двусторонние отношения между наукой и технологией и их влияние на субъектность человека, культуру и идентичность». В проекте Affective Induction Spa: Experiments in Programmed Emotions Лиу и коллектив художников из Массачусетского технологического института «использовали научные результаты, чтобы вызывать эмоциональные переживания удовольствия и счастья» у посетителей Бостонского музея изящных искусств. От студентов в белых халатах посетители могли получить на выбор звуковой массаж с костной проводимостью звука или сеанс щекотки перьями.

Лиу открыто говорит, что этот «эксперимент» носит совершенно репрезентативный характер; его основная цель – начать разговор о возможности этой области науки. «Думаю, наиболее информативным был эффект плацебо. Как только вы садитесь в кресло и слышите от нас, что сейчас вы получите порцию научно обоснованного счастья, у вас сразу же улучшается настроение и вы готовы ощутить счастье», – объясняет она.

Для сравнения: награжденного «Букером» писателя А. С. Бьятта раскритиковали в литературном приложении к газете The Times за его рассказ 2006 года, где он дает подробную нейротрактовку стихов Джона Донна. Сикс Пауэр, литературный критик британской газеты The Guardian, разгромил теорию Бьятта, согласно которой «стихи Донна так легко запомнить, потому что он использует необычный синтаксис», обращаящийся к читателю на нейронном уровне. Это «похоже на прогулку по ярмарке неправомерного присвоения научных данных, устроенной теорией культуры», – писал Пауэр. Философ, поэт и культурный критик Реймонд Таллис высказался жестче: «Я нахожу невозможным осмыслить это нейронаучно».

На Миланской мебельной выставке в 2019 году Google и архитектор Сукки Рэдди создали инсталляцию, которая изучала эмоциональный отклик посетителей на разные варианты антропогенной среды. Согласно отчету в Fast Company посетители надевали браслеты с сенсорами, измеряющими их биологические реакции на обустройство залов. С помощью алгоритма (разработанного совместно с лабораторией Arts + Mind Lab Хопкинсовского университета), графически передающего биометрические данные, вроде скорости сердцебиения и температуры тела, создатели смогли подарить посетителям



Эффект ауры, также известный как «Кирлиановая фотография», был открыт в конце 1930-х гг., но стал мейнстримным в эру Инстаграма. Эта фотография предоставлена студией Auradome, предлагающей «исследования энергии и цвета»

цветные открытки, на которых были отмечены те части помещений, которые им особенно понравились. Но применяемая технология по точности такая же, как у аппаратов, показывающих вашу ауру.

Интерес Google к нейроэстетике поднимает вопрос этики: смогут ли технологические гиганты, оперирующие огромными массивами данных, применять достижения этой области этично. Опасения вызывает тот факт, что из мозга делают бренд, а нейронаукой и ее данными пользуются, чтобы продвигать что-то типа коммерциализированного хакинга мозга.

«Я даже не люблю само слово «нейроэстетика». Мне больше нравится фраза «когнитивная нейронаука эстетики», потому что сам термин уже стал просто брендом для продажи чего-либо, что кажется научным, но на самом деле псевдонаучное, — говорит психолог Маркос Надал. — Раньше это слово придавало научный флер любому заявлению о природе, дизайне, архитектуре или искусстве».

Отметим, что уже появились «нейроэстетические консультанты». Я спрашиваю Надала об открытках, раздаваемых на инсталляции в Милане. «Думаю, от них столько же вреда или пользы, сколько и от несовершенных психологических тестов», — отвечает он

(тест на тип личности по Майерс – Бриггс, который давали проходить всем студентам MBA, большинство психологов уже объявили бесполезным).

В 2008 году компания под названием Mindlab International отслеживала мозговую активность клиентов во время шопинга в магазине T.J. Maxx. Цифровое издание Business of Fashion сообщает, что компания обнаружила «значительное повышение мозговой активности», когда покупатели обнаруживали среди не люксовых брендов дизайнерские вещи со скидками. «Вооружившись этой информацией, магазин T.J. Maxx улучшил планировку своего салона, чтобы максимально усилить приятный эффект от «поиска сокровища» и попытаться вызвать в посетителях больше положительных ощущений, вызванных покупками», — заключает статья. Коллаборация под названием Acclair Art Valuation Service предложила перевернуть арт-рынок информацией о «нейроценности» картин и предметов искусства, определяемой реакциями мозга посетителей.

Несложно предвидеть сценарий, в котором достаточно будет всего лишь пообещать нейроэстетический инсайт, чтобы создать ажиотаж среди клиентов. Компании смогут взламывать клиентские данные и одновременно с их помощью продвигать товары. Переход от привлечения клиентов кликейтной рекламой в Инстаграме к запуску реальных исследовательских лабораторий настолько неприметен, что большинство людей его не различает.

К таким схемам нас уже подготовили: компании давно заманивают зрителей яркими мобильными «музеями» или ретритами для медитаций, где все, что вам предлагают пережить, пропсонсировано каким-то велнес-брендом. Некоторые уже собирают данные — на Color Factory посетители получают карту к QR-кодом, который отслеживает их селфи на территории музея. Но это бренды с ограниченной маркетинговой повесткой. В отличие от Google у них еще нет ключей к нашим онлайн-личностям. Я задала вопрос одному из ученых, с которыми я общалась: «Что бы случилось, если бы компании с помощью нейроэстетики узнавали о клиентах больше, чем клиенты знают о себе сами?» — «Насколько я знаю, [в научном сообществе] никто не задается таким вопросом», — ответил Чаттерджи. Скотт добавил: «Думаю, что мы не можем предсказать, что люди будут пользоваться этой информацией совершенно этично и здраво».

Вы просыпаетесь в квартире, искусно управляемой умным личным помощником. Все — от картин на стенах до столовых приборов на кухне — было отобрано компаниями с учетом того, что ваш мозг, по их мнению, считает наиболее прекрасным. Вам продали жизнь наслаждения. Вы счастливы? **Y**



VJ ARCHI



В жизни АРТУР ЦВЕТКОВ СЛУЖИТ ИСКУССТВУ.

У него и орден есть – «Служение искусству» 2-й степени. Начиная как менеджер, официант, модель, популярность Арчи приобрел в качестве ведущего программы «Элементарный секс». С тех пор много воды утекло! Playboy подкараулил «старину» Арчи, чтобы провести блиц-опрос

текст **ОЛЬГА КЛЮЧАРЕВА**
фото **МАКСИМ АРИНИН**

«БУКВАРЬ СЕКСА МЕНЯТЬ НЕ НУЖНО»

В новом десятилетии ты отметил 40-летие. Кризис среднего возраста не терзает?

Да, пятый десяток, отлично! Пятёрка – великолепная оценка, любимое число, а пятница – особенный день. И пятница, 13 – конечно, лучшая дата (улыбается). О каком кризисе среднего возраста может идти речь, когда все мои предки дожили до глубокой старости, что называется, «глубоко за 80». Каждое утро, каждый новый день, каждый новый миг – это миг радости от новых встреч, старых друзей, детского смеха... И от ощущения своего молодого, крепкого, красивого тела, и неиссякаемого оптимизма, и крутых идей. Сплин, хандра – это не я! Не Чайлд Гарольд.

Как сегодня ты вел бы программу «Элементарный секс»? На чем строил бы контент?

Я горжусь, что когда-то вел эту передачу. Моей аудиторией были молодые отроки, только собирающиеся вступить во взрослую жизнь, подростки с едва пробивающимися усами. Вот как рассказать о сексе без пошлости и грязи, как сделать секс привлекательной частью взрослой жизни? Эти вопросы были, есть и будут. Я не считаю, что нужно менять какой-то контент, потому что букварь все равно останется букварем. Пусть даже это и букварь секса.

Вспомни, пожалуйста, самые яркие впечатления от Олимпиады в Пекине 12 лет назад. Ты ведь был ведущим церемонии открытия от оргкомитета РФ?

Любая столица Олимпиады – это праздник молодости, красоты и здоровья. Будь то Ванкувер или Сочи, Пекин... Ведь это форум национальных культур, стирающий любые

границы. Тот бешеный заряд энергии я несу в себе до сих пор! Гордость за свою страну, ощущение сопричастности к великому. Я даже представить не мог, что сердце может разрываться от таких чувств, не связанных с любовью к женщине и детям.

Топ-5 твоих заветных целей.

Вырастить детей, обеспечить достойную жизнь родным, реализовать свои самые невероятные проекты, сделать мир ярче, распространить любовь и взаимопонимание по всей планете и вселенной. Ну как-то так. А вообще больше всего не хочу жить не по законам своего внутреннего мира.

С кем и как ты себя видишь в 2030 году? Что хотел бы больше всего на свете?

Моей бабушке 87, и я хочу в ее компании встретить следующее десятилетие! Хочу увидеть сына, состоявшимся в учебе и работе, в любви. Мечтал бы отвести дочку в первый класс... Хорошо бы достичь гармонии в жизни, но не буду объяснять, в чем именно. Это личное (улыбается).



Однажды в черной-черной комнате ВСТРЕТИЛИСЬ ДВОЕ В ЧЕРНОМ и замыслили нечто... Playboy допросил каждого по отдельности и разобрался, что за «темные делишки» у участников проекта Black Supro Паши и Шерри

BLACK SUPRO — ЛЮДИ В ЧЕРНОМ

текст **ОЛЬГА КЛЮЧАРЕВА**
фото **KIM WEST**

такие: «Ну, конечно!». Девчонки делятся, что в моменты, когда одиноко, когда непонятно что с отношениями, включают трек, и на душе становится лучше (улыбается).

ШЕРРИ: Я в первый раз это слышу. Но думаю – да, имеет место быть.

Но почему вы все же предпочитаете черный цвет всем остальным?

ПАША: Так получилось, что у дизайнеров, которые шьют наши любимые вещи, черный цвет доминирует.

ШЕРРИ: Черный настолько универсальный, что его легко комбинировать с любой цветовой гаммой.

Кто работает над вашим образом?

ПАША: Мы сами себе стилисты, от причесок до костюмов. Мы – «готовые» артисты.

ШЕРРИ: У нас есть свои стилисты, которые приезжают к нам каждое утро, чтобы подготовить даже элементарно к выходу в магазин... (Смеется.) Мы сами все придумываем на самом деле.

С кем из великих музыкантов вы хотели бы сделать совместный проект и каким именно он был бы?

ПАША: Даже боюсь мечтать. Хотя почему нет? С Puff Daddy, Jay-Z или с его прекрасной супругой Бейонсе. Это была бы очень крутая коллаборация, которая опередила

Паша, Шерри, почему вы хотели, чтобы в названии группы обязательно было слово black?

ПАША: Просто нам нравится черный цвет, да и стиль одежды Black Supro такой, «черный». Когда мы давали название проекту, первым у нас всплыло слово black. Ну и Шер у нас на пятьдесят процентов «блэк» (смеется), так и получилось.

ШЕРРИ: Черный для меня символизирует загадку. Черная дыра, черная материя, тьма, ночь... Supro – в переводе «темный материал», то есть получается дважды черный. А в нашем проекте два

участника, значит, мы «дважды черные», я и Павел. То есть мы страшно загадочные (шучу).

#ГуляйВася – действительно гимн всех свободных женщин?

ПАША: Интересная история с этим треком. Эту песню спела прекрасная Alateya, певица из Санкт-Петербурга. Когда мы готовили слова и мелодию, получился такой женский посыл, и то, что песню спела «девочка», наградило композицию особым звучанием. А потом выстрелило: «Гуляйвася, гуляйвася»... И нам стали девушки писать: вы специально это для нас написали? А мы

бы на 10 шагов все то, что сегодня есть на музыкальном рынке.

ШЕРРИ: Тех, кто был по-настоящему велик, уже не воскресит. Из современников – с Jamiroquai, Бейонсе...

Кто ядро вашей аудитории? Какие это люди?

ПАША: Это, наверное, обычные, свободные от политических или особенных религиозных взглядов, простые люди, для которых важны осмысленные слова, а не бессмысленный набор рифм.

ШЕРРИ: Наша музыка для любой аудитории, от трех до ста лет.

Диджейское братство существует?

ПАША: Конечно. Но это узкий круг, когда ты сам уже чего-то достиг. У нас был очень долгий путь, в течение которого те, кто внутри этого мира, могли видеть, как мы развиваемся. Нарбатываются связи, появляется авторитет... Но при этом скажу, что диджейское братство на Западе намного глобальнее, чем то, что существует у нас.

ШЕРРИ: Как по мне, не существует никакого братства в России и странах постсоветского пространства.

Какие планы у вас на жизнь вообще?
ПАША: Глобальные. Хочется выпустить альбом, выпустить все синглы, которые у нас готовы, сделать большой концерт с симфоническим оркестром. Мы мечтаем о серьезных коллаборациях с крутыми артистами.

ШЕРРИ: Как говорил Тони Робинсон, чтобы жить красиво, нужно просыпаться на рассвете с лучами солнца, в красивом месте, в красивых обстоятельствах. *(Смеется.)* Планы – развиваться дальше и наслаждаться жизнью.

Что звучит в ваших плейлистах?

ПАША: В моем нет особых новинок. Это песни, которые оставили глубокий след

в душе, причем еще со школьных лет.

ШЕРРИ: У меня – сборная солянка, от Земфиры до Уитни Хьюстон.

Культура какой страны или континента вам ближе всего по духу?

ПАША: Я много где был, но особый след в душе оставил Израиль. Туда я бы хотел летать постоянно, каждый раз открывая что-то новое. Не только в туристическом плане, но и в духовном. Иерусалим действует магнетически. Мне нравится отношение людей, совершенно особенное, фантастическое их отношение к детям. Еще люблю Турцию за улыбку. Наверное, солнце так действует? ШЕРРИ: Культура и философия России и Азии – это ближе всего нам по духу.

Где самые красивые девушки, по-вашему?

ПАША, ШЕРРИ: Будем кратки: в России.

В чем сексуальность мужчины и женщины?

ПАША: Скорее всего, если мужчина – «малыш-хулиган», а не «ловелас». А женщина должна быть загадкой, застенчивой, скромной, возбуждать интерес. ШЕРРИ: Мужчины любят глазами. А женщины – мозгами. Для меня сексуальность женщины действует, когда присутствует химия. И сексуальность не измеряется короткой юбкой или глубоким декольте.

А какой сексуальный опыт был самым необычным?

ПАША: Самый необычный сексуальный опыт происходит тогда, когда тебя могут заметить... Когда это случается в серьезных местах, где страх соединяется с «приятным чувством», то оставляет о-очень острые воспоминания, скажу так.

ШЕРРИ: Мне, по-моему, было лет 19, приспичило приготовить пасту, но обнаружил, что нет макарон. По дороге в магазин столкнулся со своей девушкой (на тот момент). Она жила в соседнем доме. У нее в руках – тяжелые пакеты из супермаркета. Я, конечно, помог ей все донести, но у нее тут же забыл обо всех макаронах, потому что у нас начался бурный процесс «взрослой жизни» *(смеется)*. И в кульминационный момент меня пронзило, что я оставил на включенной плите воду, чтобы закипела к моему приходу... Вскочил и помчался к себе, чтобы не случился пожар. Я был как пожарник – меж двух огней *(смеется)*.

Кстати, кухня какой страны самая чувственная: как думаете? Или блюдо.

ПАША: Мне кажется, турецкая. Повар делает такие движения с ножом, когда подает кебаб или мясо, которые только

что приготовил на мангале с любовью, что это не может не отозваться в сердце *(смеется и глотает слюну)*.

ШЕРРИ: Наверное, для меня – Италия. Ведь это родина сыра, а производство из сыра напоминает мне процесс взрослой жизни... Сыр должен как следует созреть, чтобы его съест.

Чего не должен делать мужчина по дому?

ПАША: Заниматься женским делом – мыть посуду и полы, вытирать пыль. Есть банковская карточка для этого.

ШЕРРИ: Игнорировать свою жену.

За деньги можно купить не все. Чего, например, не купишь и за миллионы?

ПАША: Здоровье, любовь и счастье. За здоровьем нужно постоянно следить, а счастье приходит, когда есть здоровье и любовь.

ШЕРРИ: Здоровье. Любовь. Жизнь. Не купишь ни за какие бабки.

А сколько нужно секса для счастья?

ПАША: Секса для счастья мало не бывает! Особенно, если все по любви. Но трех раз в неделю будет, я думаю, достаточно. Хотя с возрастом все меньше нужно секса для счастья *(смеется)*.

ШЕРРИ: Зависит от темперамента. **✎**



НАШ ПЛЕЙЛИСТ

Переходи в группу PLAYBOY Russia в ВКонтакте и слушай наши плейлисты!

КАК ПРОЧИТАТЬ QR-КОД:

1. В приложении ВКонтакте открой камеру (свайпом вправо из Ленты новостей).
2. Наведи камеру на код.
3. Нажми кнопку «Открыть».





МНЕНИЕ

PLAYBOY

СИМ ПОЗ ИУМ

Удовольствие, несмотря на свою разнообразную природу и источники, ощущается удовольствием только через призму наших чувств. Мы попросили пятерых «тяжеловесов» в теме удовольствий – от первогоклассного режиссера до куратора оргазмов – выбрать одно чувство и детально его обсудить. Перед вами ПЯТЬ ЭССЕ, КОТОРЫЕ, ВОЗМОЖНО, ИЗМЕНЯТ ВАШЕ ВОСПРИЯТИЕ МИРА глазами, ушами, обонянием, на вкус и через прикосновение.

фото MAURIZIO DI IORIO
перевод TATÁ SENIQUE

РВОТУ В СТУДИЮ!

фото PAUL FEIG
перевод TATÁ SEINEQUE

Когда в 1980-х я учился в киношколе, нас учили рассказывать истории визуально. Именно поэтому старое немое кино интересно смотреть даже сегодня – хотя в некоторых фильмах есть таблички с титрами, в лучших их было минимум. Ведь кино зародилось как исключительно визуальное искусство. С появлением звука мы смогли расширить репертуар тем диалогами, причув зрителя к остроумным перепалкам и глубоким разговорам. Но иногда для нас, сценаристов, диалоги становятся костылем. Поэтому я вижу своей главной задачей рассказывать историю прежде всего визуально.

В процессе написания сценария акцент на вербальном сторителлинге часто получается сам собой. Есть такой прикол, как будто руководители киностудий читают в сценарии только диалоги, а действия и описания пропускают. Не знаю, насколько это правда, но очень часто складывается именно такое впечатление. Вот ты описываешь, как все будет выглядеть, даешь детальное описание событий и мыслей героев, а потом получаешь от студии комментарии, дескать, аудитория не поймет то и это. Вноса правки согласно этим комментариям, ты, конечно, пишешь диалоги, чтобы уже всем все было понятно.

Как создатели фильмов, мы подробно выписываем экспозицию, чтобы читающие сценарий могли наглядно представить картину, но на самом деле, как только актеры становятся в кадр, многое становится понятно без слов – по выражениям их лиц, жестам, положению тел по отношению друг к другу. Вам кажется, что нужно все проговорить в сценарии, но когда на экране два харизматичных актера смотрят друг на друга, зрители сразу же думают: «Будет любовь».

Например, постельную сцену для Кристен Унг и Джона Эммы, с которой начинается «Девичник в Вегасе» (Bridesmaids), мы планировали одновременно как танец и как схватку между ними. Ведь смешно, когда фильм начинается с женщины, у которой реально ужасные отношения. Вы смотрите и думаете: «Боже мой, бедняжка». (Конечно, если вы видели мой недавний фильм «Простая услуга» (A Simple Favor), вы понимаете, что я так делаю каждый раз, когда нужно снимать постельную сцену: я начинаю с широкоугольного кадра, а когда они уже в постели, камера медленно приближается и останавливается на чьем-то лице. И все.)

Когда в «Испиюне» (Spy) Мелисса Маккарти совершает свое первое убийство, она дерется с мужчиной, он падает с парашюта и разбивается насмерть. Я ни наклонится посмотреть и блюет на него, потом у нее выпадает нож и тоже падает. Это такой долгий, визуальный гэг, физиологическая шутка. Как зритель вы сразу думаете: «Опа! Я бы, наверное, тоже блеванул, если бы мне пришлось кого-то убить». Так что тут важно найти, какие визуальные элементы могут сопровождать вашу историю.

Свой фильм «Рождество на двоих» (Last Christmas) я снимал

*Прославленный режиссер комедий
(«Девичник в Вегасе», «Охотники
за привидениями» и премьеры про-
шлого года «Рождество
на двоих») – о радости вызывать
смех без помощи диалогов*

в центре Лондона. Это совершенно вербальная история о том, как два человека влюбляются друг в друга, поэтому мне нужно было, чтобы визуальный ряд ее просто дополнял и вам казалось, что вы там, рядом с ними. В этом случае к визуалу были другие требования: картинка должна была стать красивым фоном для вербального рассказа.

Также режиссеру может быть ужасно сложно определить, какой фильм снимать следующим. Но я всегда хотел снимать фильмы с женщинами в главных ролях. Мне близки женщины, к тому же долгое время женские персонажи на экране были незаслуженно плохо представлены. Я знаком с огромным количеством смешных и талантливых женщин, и только из-за патриархальной картины мира Голливуда многие актрисы не видели себя в определенных ролях. Мужчины были героями, а женщины сидели дома. Вы вдохновились? Кто, глядя на такое, думает: «О, класс, хочу быть такой же женой и пилить героя: «Собрался спасти мир от ядерной бомбы? У тебя генетика укин с семьей!» Героями хотят быть все. В моей жизни все женщины очень героически».

Меня очень привлекла идея «Охотников за привидениями» (Ghostbusters): смешные, умные люди пытаются сражаться со сверхъестественными явлениями с помощью технологий. Эту идею можно эксплуатировать до бесконечности. Киностудия и сказал: «Нельзя мелочиться, фильм должен быть зрелищным и впечатляющим». Поэтому мы его сделали в 3D и с новыми фишками – к примеру, выстрелами протоновым потоком через черные прутья экрана IMAX. Вот честно, больше всего я люблю смотреть этот фильм в IMAX, потому что тогда он ощущается совершенно по-другому, более визуально.

Еще мне нравится, что при создании фильма у нас есть «только одна попытка». Очень часто мы начинаем и не знаем, получится ли что-то толковое, а потом «эврика!» – то актеры коннектятся, то трюк происходит лучше, чем мы ожидали, то поезд неожиданно въезжает на заднем плане в кадр. И вот эту магию визуального искусства я обожаю: ты запечатлеваешь во времени каждый элемент, который ты хотел контролировать, или хотел создать, или повезло найти. А все вместе эти элементы передают зрителю визуальную энергию, и это будет смотреть еще сотни лет.



ХЛОРКА И БРЮНЕТКИ

фото PAUL FEIG
перевод TATÁ SENIQUE

Восьмикратный призер премии
фонда Джеймса Бурда и сооснователь
журнала для гурманов *Savoir* размыш-
ляет о запахе как непосредственном
доступе к воспоминаниям

Обоняние – это древнейший орган чувств человека, но, без сомнений, самый полезный. Даже у простейших микроорганизмов за миллионы лет до нашего появления уже было обоняние, с помощью которого они оценивали окружающую среду. И хотя для человека главный орган чувств – это зрение, обоняние может быстрее и непосредственнее подсказать нам о приближении опасности, взбодрить или успокоить, возбудить нас сексуально или притормозить аппетит.

Но также ваш нос – это самый предательский орган чувств. Запах может подкастаться незаметно и всадить кинжал вам в самое сердце. Несколько молекул парфюма – незаметных, неожиданных – повисло в воздухе, и внутри вас все перевернулось. Как будто вы снова с ней. Ее голос, ее глаза, ее кожа. Ее запах, знакомый до боли в сердце, втягивает вас обратно в тигистные воспоминания обо всем, что с ней связано.

Запах так на нас влияет, потому что обоняние более непосредственно связано с памятью и эмоциями, чем другие наши органы чувств, и потому что память на запахи хранится дольше, чем визуальная и слуховая память. Зрение, слух, осязание и вкус передают нам информацию опосредованно. Сначала они посылают импульсы коре головного мозга на обработку. Таламус, та часть мозга, которая первично обрабатывает эти импульсы, – это своеобразный ретранслятор, который распределяет стимулы дальше в соответствующие участки мозга.

А вот информация о запахах передается передней коре головного мозга напрямую. Обонятельные рецепторы у нас в носу улавливают запах и без остановок передают сигнал о нем в обонятельную луковицу – ту часть обонятельного мозга, которая напрямую связана с лимбической системой, регулирующей большую часть наших воспоминаний и чувств. Новые исследования показывают, что даже сама эта обонятельная луковица может хранить наши воспоминания, а значит, запахи могут вызывать воспоминания быстрее и точнее. Неудивительно, что издали доносился след знакомого аромата способен мгновенно и по-подолму перенести нас в прошлое.

Не помню, сколько мне было лет, когда запахи впервые привлекли мое внимание. Наверное, в детстве, как и все мы, я воспринимал свои органы чувств как само собой разумеющееся. Они просто были. Помню, я довольно рано заметил, что некоторые запахи мне приятны (бургеры на гриле, свежескошенная трава, дым от дров), а некоторые не очень (носки после спортзала, дыхание после чеснока, запах испортившихся яиц), и больше мыслями я к этому не возвращался.

Постепенно, с накоплением жизненного опыта, я стал более осознанно обращать внимание на запахи и соотносить их с воспоминаниями. Как-то на заре моей карьеры героя-любвию меня случилось своего рода обонятельное озарение, и я понял, насколько капризной может быть наша память на запахи. У меня был томный вечер с высокой, приятной на ощупь брюнеткой в ее квартире в западном Голливуде. И когда мы отправились в кро-

вать, я обнаружил, что меня отвлекает навязчивый запах отбеливателя на ее свежестиранных простынях. Внезапно в памяти всплыл бассейн моего детства, брызги на солнце и время, когда я был слишком юн для таких романтических утех. (Тут мне на помощь пришло осознание, и это видение бассейна с хлорированной водой ретировалось, а моя ароматическая память на его место сохранила новое, более интересное воспоминание.)

Думаю, жизнь моей обонятельной системы вошла в стадию расцвета, когда мне было лет 25 и я начал интересоваться де-густацией вин. Дегустировать, как я сразу же выяснил, по сути, означает обонять. В буквальном смысле пробовать вино на вкус ртом нужно, только чтобы оценить кислотность, терпкость и вязкость. А все остальное – включая (или особенно) вкус вина – задача обонятельной луковицы. То, что ценители вина называют «носом» (раскрытие аромата вина в бокале. – *Прим. пер.*), зависит от тысячи нюансов восприятия, о большей части которых мы не подозреваем. Ученые утверждают, что человеческий нос способен различить триллион различных запахов.

Вот поэтому мальбек отличается от пино-нуар, а немецкий рислинг отличается от своего калифорнийского тезки. И именно поэтому хорошее вино мы любим больше, чем плохое.

Однако описывать ароматы вина сложно. Именно поэтому винные рецензенты иногда безумствуют, пытаются описать нос вина. Если им верить, вино может пахнуть черемухой, черешней, вяленой вишней, лимонной коркой, пряниками, дымом, каучуком, кофе, кожей, весенними цветами, осенними листьями, галькой, кошачьей мочой, навозом. Встречаются бессмысленные описания. Я недавно видел, как нос шардоне пытались описать через сравнение с солеными орешками, но ведь соль не пахнет!

Есть и совершенно уместные описания. Вина, стареющие в дубовых бочках, часто пахнут ванилью, потому что и в ванили, и в дубе содержится феноловый альдегид ванилина. А в мускате есть нотка герани, потому что ароматическое соединение гераниол содержится и в мускатном винограде, и в листьях герани.

Но от людей, пишущих о вине, нельзя требовать слишком многого просто потому, что вокабуляр запахов у нас не очень-то развит. У нас есть очень примитивные описания того, что мы видим (синий, квадратный, туманный), слышим (тихий, неблаговзвучный, пронзительный), осязаем (твердый, горячий, бутристый) и ощущаем на вкус (солёный, кислый, сладкий). А вот запахи мы зачастую описываем через сравнения: это пахнет тухлым, травой, свежестью, яблоками, хвоей, бензином.

Плюс у каждого есть свои личные ассоциации. То, что одному отдает тухлым, другому благоухает сливочным маслом. Где мне мерещатся яблоки, вы скажете «груши». Духи, напоминающие мне о моей прошлой любви, в вашей памяти вызовут безумную тетку или мерзкого начальника. От чесночных ароматов тайского ресторана вас будет выворачивать, а мне захочется тарелочку лапши кхао сой. Ну а едкий запах хлорки, и это вполне объяснимо, у большинства людей вызовет рвотный рефлекс. А мне он иногда напоминает о бассейнах и брюнетках. **П**





ВКУС НАРАБАТЫВАЕТСЯ СО ВРЕМЕНЕМ

фото MARINA TWEED
перевод TATÁ SENIQUE

Основательница и главред журнала о еде и культуре The Gourmand хочет, чтобы мы замедлили свой темп жизни и начали культивировать у себя изысканный вкус

И

дет ли речь о еде или информации, чем больше (вдумчиво) мы потребляем, тем больше мы приобретаем. Именно то, что мы любим или не любим, формирует нашу индивидуальность, а приобретая опыт, мы развиваем наши предпочтения. Так как же в мире мгновенного удовлетворения своих сиюминутных желаний нам развивать чувство вкуса?

Есть нужно всем, но еда — это не просто поглощение пищи. Мы с моим партнером основали журнал The Gourmand как возможность говорить не только о еде, но и об окружающей ее культуре. Чтобы раскрыть истории людей, вдохновляющихся вкусовой едой и интересными напитками, — художников или писателей, режиссеров или шеф-поваров, дизайнеров или музыкантов, — мы говорим с ними о том, что их вдохновляет, о чем они мечтают, как живут. Также журнал — это место, где мы сотрудничаем с фотографами, постановщиками и иллюстраторами и, вдохновившись бесконечно творческой индустрией еды, создаем фото-эссе, натюрморты и документальные изображения. Как редакторы мы видим журнал кульминацией наших личных интересов и идей, а его страницы — это свидетельство коммуникационной силы еды. По сути, The Gourmand и есть издание о вкусе во всех смыслах этого слова.

Эволюционная цель ощущения вкуса — сохранить нас живыми, не допустив отравления. Будучи жизненно важным для сохранения нашего вида, ощущение вкуса сформировалось, чтобы нас привлекали разнообразные продукты, чтобы мы оставались здоровыми и, конечно же, чтобы еда приносила нам абсолютное удовольствие.

Мы также используем слово «вкус», чтобы описать свои предпочтения в музыке, искусстве, моде, кино и чем угодно из того, чем мы окружаем себя физически и психологически. И этим же словом мы описываем получение опыта — вкус чего-то нового. Как ни посмотри, вкус — это один из самых главных ингредиентов, который делает нас нами.

Мы ощущаем вкус благодаря работе 50-100 клеток вкусовых рецепторов, расположенных на языке и надгортанном хрящце (находится в гортле и не дает еде попадать в трахею). Задача этих рецепторов — распознавать вкусовые оттенки, состоящие

из базовых вкусов: сладкий, соленый, горький, кислый и «умами», вкус белковых продуктов. В мозгу вкусовые ощущения обрабатываются в отделе вкусовой коры, и именно эта часть мозга «говорит» нам, какой именно вкус мы ощущаем. Насыщая свою вкусовую кору информацией, шеф-повара, сомелье, фуд-аналитики — да кто угодно — могут расширять свои знания о вкусах.

Для развития чувства вкуса требуется время. Все начинается в утробе матери. У зародыша формируются вкусовые рецепторы, которые начинают различать яркие вкусы в амниотической жидкости уже на 13-й неделе внутриутробного развития. После рождения младенец начинает различать оттенки вкусов в молоке матери. По мере изменений вкусов молока расширяется библиотека вкусов, доступных ребенку.

Если с раннего возраста вводить разнообразные продукты, у детей будет шире диапазон приемлемой еды. Когда я отлучала от груди своего первенца, я об этом знала, поэтому в четыре года он с одинаковым удовольствием ел как острую еду, так и пресные бобы на тосте. Пробуя разные вкусы, дети привыкают к еде своей культуры, что объясняет, почему дети могут не любить какие-то продукты.

Наши вкусовые пристрастия не врожденные. Мы ими учимся и со временем можем их расширять. С культурными вкусами так же. Зародыши могут слышать уже в 18 недель, поэтому звуки, которые до них доносятся в таком раннем возрасте, помогают им привыкнуть к миру, в котором они скоро появятся. Как и в еде, вкус в музыке надо еще развить: только пробуя новое, мы можем узнавать, что мы любим, а что не любим.

Пробовать новое можно всю жизнь. В течение жизни наши вкусы могут развиваться по мере того, как меняются наши экономические, этические и экологические факторы. Лично я — это «свободный» хищник, то веган на рыбной диете — в зависимости от моего местоположения, желаний тела и прочитанного или просмотренного накануне. А что-то мы можем просто перерастать (хотя я не могу себе представить, что когда-нибудь «перерасту» ванильное мороженое).

Мы воплощаем наши вкусы благодаря знаниям и опыту. Будь-то еда, музыка, искусство или вино, больше всего мы получаем от тех вещей, в которые мы больше всего вкладываем. Зная об этом, мы должны давать себе время на поиск, эксперимент, игру и осмысление. Но в нашем мире — где мы можем поспитить в онлайн-магазине в поисках тотал-лука как у какой-то поп-звезды, пока Алекса запускает в плейлист последний альбом этой же звезды, или гуглим новейший суперфуд, пока наш холодильник заказывает нам еду по списку, или рассматриваем в инстаграме картины, отобранные для нас приложением-«куратором», пока алгоритм выбирает нам на вечер фильм на Netflix, — сложно найти для этого время. Лишаемся ли мы возможности понять, что лично мы любим и не любим, упускаем ли мы возможность пройти путь к своим вкусам и испытать удовольствие от поиска? Помогают ли нам узнать о себе сети и расширение наших собственных вкусов? Ведь расширение — это не культивирование.

Возможно, нам не нужно слушать, что для кого-то является хорошим вкусом, перестать фоллоуить законодателя вкуса и найти время, чтобы самим искать и исследовать, что же нам действительно приносит удовольствие. Все-таки еда, приготовленная дома, всегда вкуснее, чем кулентная в отделе кулинарии в магазине.



Я ВИЖУ ТО, ЧТО Я СЛЫШУ

фото SACHA JENKINS
перевод TATÁ SENIQUE

Мызыка кинематографична. Когда я слышу музыку, я вижу то, чего еще нет. Пока. Имея способность озвучивать неозвученное, мелодия соединяет воображение с желанием творить новое или же поднимает на поверхность бурлящие где-то глубоко внутри чувства.

В итоге благодаря слуху перед нами открываются бесконечные возможности. Мы наверняка многому научились у природы, ведь природа — опытный музыкант. Морской бриз, чириканье птиц, стрекотание кузнечиков, упавшее дерево, последний хруст, не услышанный ни одной живой душой, извергающийся вулкан — вот они, аутентичные качающие биты. Кто-то когда-то сказал, что холмы живы звуком музыки, и тот человек знал, что говорил.

В природе задача звука — сообщать окружению о чьей-то жизни. Именно в этом притягательность хип-хопа: он отражает и реагирует на свое непосредственное окружение. Когда Public Enemy поет «It Takes a Nation of Millions to Hold Us Back», вы слышите рычание Чака Д на фоне вой сирен и сигнала воздушной тревоги — так же как на равнинах Дакоты вой Сидящего Быка доносится под аккомпанемент ястребиных криков и бизоньего топота. Продакшен The Bomb Squad (дословно «саперы». — *Прим. пер.*) как главный создатель этого классического саунда Public Enemy использовал хаотичные звуки повседневной жизни города. Пока команды настоящих саперов обезвреживают бомбы, Хэнк, Кит Шокли и Эрик «Вьетнам» Сэдлер уже сбросили их нам на головы.

Много лет я работал музыкальным журналистом. Мне очень повезло познакомиться с великими людьми нашей эпохи: Nas, 50 Cent, Eminem, Roxanne Shanté. Их музыка отражала тот беспред и травматический опыт, с которыми они столкнулись в детстве и юности. Их переживания и проступки задокументированы в их текстах. А такие великие люди, как DJ Premier, Dr. Dre, Marley Marl и Pete Rock, которые тоже знали о жизни «на районе» не понаслышке, усилили эти темы своим продюсированием. В умении преобразовать свою боль заключалось их мастерство. Они, как трубадуры, поклонялись красоте в борьбе и триумфу, приходящему с затиханием последних звуков музыки.

Как режиссер я могу вас уверить, что каждый раз, когда я слышу любимец из моих любимых песен, в голове у меня запускается мой собственный видеоклип, даже если у этой песни уже есть музыкальное видео. А вот когда я смотрю телевизор, я вижу только то, что мне показывают, — никаких видений перед глазами у меня не появляется. Телевидение буквально. Линейно. Бинарно. И это нормально, если вы хотите остаться в рамках того, что программы вам предлагают.

Но у звука есть алгебраическое свойство. Скрытое и загадочное (по крайней мере для меня), оно тем не менее реальное. Важное. Заботливое и теплое. Необходимое и нужное. Звуки, вибрирующие здесь, на земле? Имя им легион. Хип-хоп

*Любовное письмо песням и звукам,
сподвигнувшим мечтать
и жить номинированного
на «Эмми» создателя сериала
«Бу-Танг Клан: Титаны железного
микрофона» от Showtime*

в совершенстве овладел так называемым искусством звукового коллажа, когда кантри-музыка объединяется с диско, а потом с джазом, а потом с зайдеко и так далее. Многих из нас, идущих этим путем, взрастили бесконечные текстуры музыки хип-хопа, переносившие нас туда, куда наши родители не могли себе позволить повезти нас. В хип-хопе мы слышали Африку, о которой наши государственные школы отзывались как о «нецивилизованной». В нашей «черной» американской музыке мы слышали звуки Африки, которые помогли нам лучше понять себя. И пусть физически я до сих пор еще не побывал в Африке, но уже в подростковом возрасте я знал, как она звучит.

Если вы сидите и неторопливо перечисляете все различные звуки и стили, которых коснулся хип-хоп, вы поймете, что хранители культуры на самом деле сумасшедшие ученые — вручную соединяют нити ДНК, когда-то разделенные тем безумием, которое оксерило «Американскую мечту» для тех, чья кожа чуть темнее аристократической бледности.

Что касается видеоклипов, пронесшихся в моей голове, моя «Американская мечта» выглядела бы вот так: каждый раз, когда я слышу Chubb Rock в исполнении Smashing Pumpkins из альбома «Siamese Dream», я вижу темнокожих девочек-подростков, делающих движения из репертуара чиридерок и подпевающих (Африка!) в униформе барабанным партиям Джими Чамберлина (снова Африка!). Я бы сравнил это свое видение с тем, что происходит, когда твой шоколад оказывается на чьем-то арахисовом масле: вкуснятина.

Еще одна прекрасная песня — Take 'Em to War группы Kool G Rap (feat. B-1 и MF Grimm). Она зловещая и навязчивая настолько, что басы вьются тебе в черепушку, потом туда же проникают слова Гримма: «К черту то, что ты слышал, преступление окулаются / И всегда, как нестандартный, я держу свой пистолет боком / Мы убиваем экипажи, сердца онемели / И если возмездие наступит, черт с ним, так тому и быть» (Fuck what you heard, crime pays / And always, unorthodox, I hold my pistol sideways / We kill crews, hearts go numb / And if retaliation comes then yo, fuck it, it just comes.)

Под эти звуки в голову у меня появляется группка недовольных сотрудников, зависающих у офисного кулера и замышляющих физическое устранение генерального. Офисный планктон внезапно идет по беспределу, прям как Кул Джи и его команда в песне.

Вот что я иногда вижу у себя в голове, потому что жизнь часто подражает искусству, а звуки, которые мы слышим в музыке, часто берутся из нашей действительности. Поужие, чем в джунглях, честное слово.





ПРИКОСНОВЕНИЕ — ЭТО НЕЧТО БОЛЬШЕЕ, ЧЕМ ПРОСТО ПРИКОСНОВЕНИЕ

фото EMMA KOENIG
перевод TATÁ SENIQUE

«Ваша кожа с вами не согласна» и другие размышления от автора книги «Стон: Анонимные эссе о женском оргазме»

Много лет назад у меня был неприятный сексуальный опыт. Как бы мне ни хотелось отдаться наслаждению, ничего не выходило, а тот человек не считывал мои невербальные сигналы — напряженное тело, застывшую гримасу, молчание, — решив, что мне хорошо. Мы считаем себя достаточно умными, выдержанными и опытными, чтобы в такой ситуации поступить «правильно».

Мы думаем, что мы сможем определить, почему нам некомфортно, и сказать об этом уверенным, деликатным и непринужденным тоном. Но в тот момент я промолчала. Только много позже я смогла сформулировать почему: я хотела быть вежливой. Ошеломленная физическими ощущениями, я неосознанно посылала его опыт важнее моего. (Это, видимо, и нас было общим.)

Когда я принялась перебирать все, что предшествовало этому моменту добровольного молчания, я обнаружила в себе потребность погрузиться в сексуальные переживания других людей. Я стала собирать истории женщин об их оргазмах и сексуальности, которые с годами стали книгой «Стон: Анонимные эссе о женском оргазме». Я стремилась создать что-то, что бы исследовало спектр женского желания и сопутствующих радостей и разочарований. Осмысление этих историй, а также вызванные ими реакции читателей привели меня к простому выводу, что прикосновение — это нечто большее, чем просто прикосновение.

Мы все читали статьи с советами, какую позу лучше принять и на какие точки воздействовать, чтобы получить лучший оргазм в жизни. И хотя я поддерживаю все, что помогает нам сосредоточиться на получении удовольствия, я считаю неадекватным говорить о сексе так, как будто это занятие по аэробике, где важно состояние здоровья и количество повторений. Возможно, сейчас как никогда наше сексуальное здоровье — наша сексуальная моральность — требует, чтобы мы приняли во внимание абстрактные силы, влияющие на наши физические способности.

ПРИКОСНОВЕНИЕ КУЛЬТУРНО ОБУСЛОВЛЕНО

Вот упражнение: составьте список, по которому со времен вашего первого секса ваша страна изменилась в отношении секса и гендера. (Это упражнение не годится только для тех, кто лишился девственности вчера, но вполне подойдет остальным, живущим в этом безумном цикле крупносуточных новостей из ада!)

Что в вашем списке? Может быть, там есть медицинские разработки типа вакцины от ВПЧ, доконтактная профилактика ВИЧ или экстренная контрацепция? Может быть, для вас это приход соцсетей, взрастивших кибер-харассмент, порноность и движение инцелов? Может быть, вы включили движение #MeToo, увеличивающую репрезентацию ЛГБТКИА в медиа, недавние угрозы отмены легальности аборт или тот факт, что против американского президента было выдвинуто 17 (на настоящее время) обвинений в сексуальных домогательствах?

Фон нашей сексуальной жизни находится в состоянии вечной реконструкции, так же как и наше отношение к тому, чтобы трогать других и чтобы трогали нас. Мы сталкиваемся с новой информацией, отношением других людей, языком и законами, и все это может влиять на нашу физическую чувствительность. И хотя эти тревожные переживания могут по-разному проявляться во время секса, оправной точкой будет просто признание обоими партнерами, что эти ощущения есть, потому что не всегда удается их просто оставить за порогом спальни.

Проще говоря, если бы политики выступали против вафельных рожков, есть мороженое было бы куда сложнее. И если бы вы захотели пригласить кого-то в свою любимую джелатерию, то, наверное, было бы полезно обсудить, как вся эта антивафельная повестка может влиять на ваше времяпрепровождение.

ПРИКОСНОВЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО ОБУСЛОВЛЕНО

Эмоции живут в наших телах. Оказываясь в ситуациях, в которых нам хочется плакать, кричать или просто высказаться, мы жаждем целостности, приподнимаем плечи и сжимаем кулаки. В нашем теле и голове это напряжение копится годами. Мы храним внутри все с нами случившееся, но, даже проведя работу по «изгнанию своих демонов», невозможно сразу избавиться от всего негатива — особенно когда дело касается секса.

Ощущение прикосновений к своему телу может вызвать широкий спектр эмоций от экстаза до ужаса, и интеллектуально мы можем быть не в состоянии дать название этим чувствам сразу же, хотя общее направление может быть простейшим: «мне приятно» или «мне неприятно». Но каким бы схематичным ни был ваш язык эмоций, вы должны его знать. Когда мы не обращаем внимания на чувства или хотим показать, что сложные эмоции в этот момент невозможны или запрещены, мы готовим почву для «испорченного телефона» или чего похуже.

ПРИКОСНОВЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНО ОБУСЛОВЛЕНО

Из всего этого можно сделать вывод, подтверждения которому я постоянно встречала в течение четырех лет коллекционирования секс-историй: никогда что-то одно не будет подходить всем.

В нашем сексуальном меню у нас у всех разные блюда и аллергии. Вы можете бестить от того, что фишка, которая заводила вашего предыдущего любовника, раздражает нынешнего партнера, но помните, что в бесконечном разнообразии есть радость и потенциал для экспериментов, а ваша тактильность может расширяться и развиваться. Я не говорю, что каждый неловкий момент в сексе нужно чрезмерно анализировать. Я всего лишь предлагаю нам всем иметь базовое сострадание и совесть — чтобы мы входили в сексуальные сценарии (а в идеале в физическое пространство, им предшествующее) с осознанием, что они происходят в плотной экосистеме личных, культурных и, конечно же, биологических факторов.

Надеюсь, это осознание поможет нам найти две вещи: свой голос, которым мы сможем говорить, когда нам что-то некомфортно, и свободу исследовать все виды удовольствия, которые может принести прикосновение.

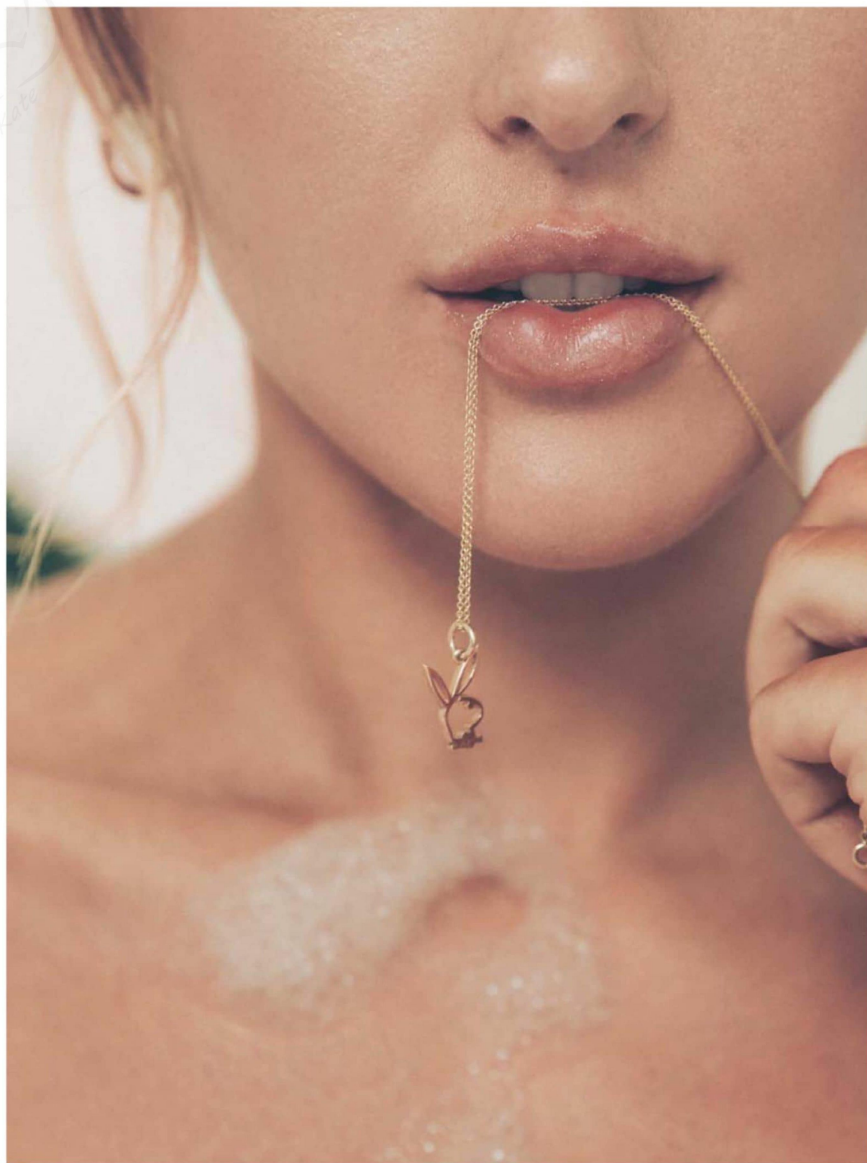


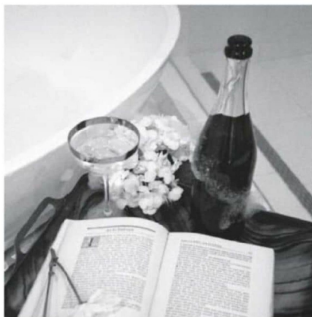
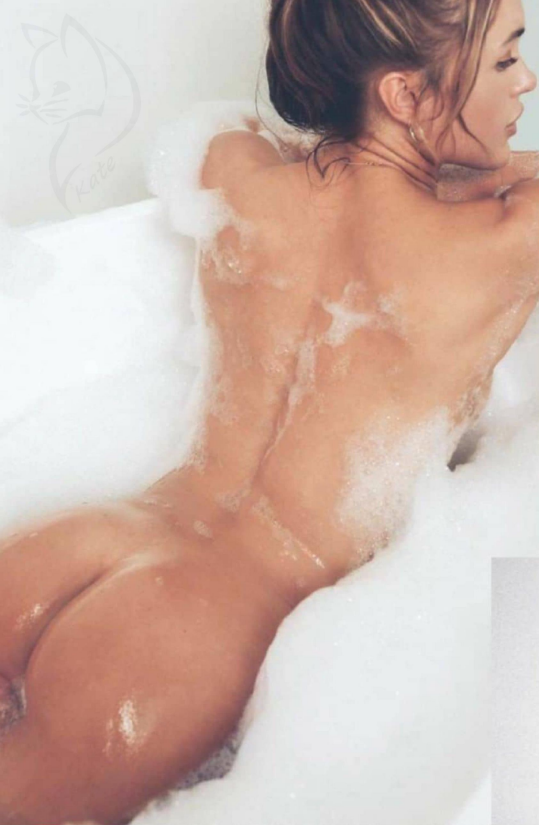
PLAYMATE

АКВА ВИТА

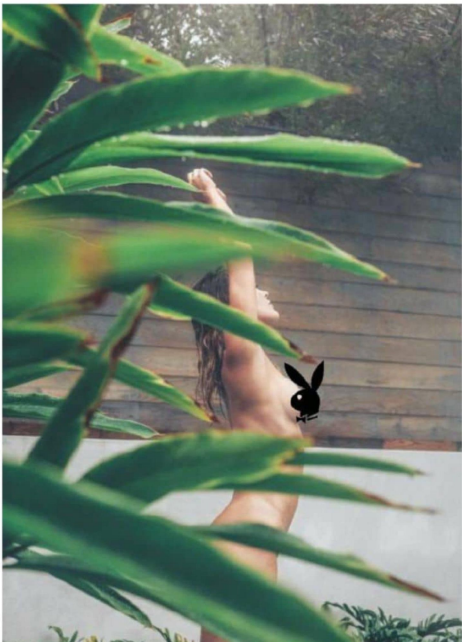
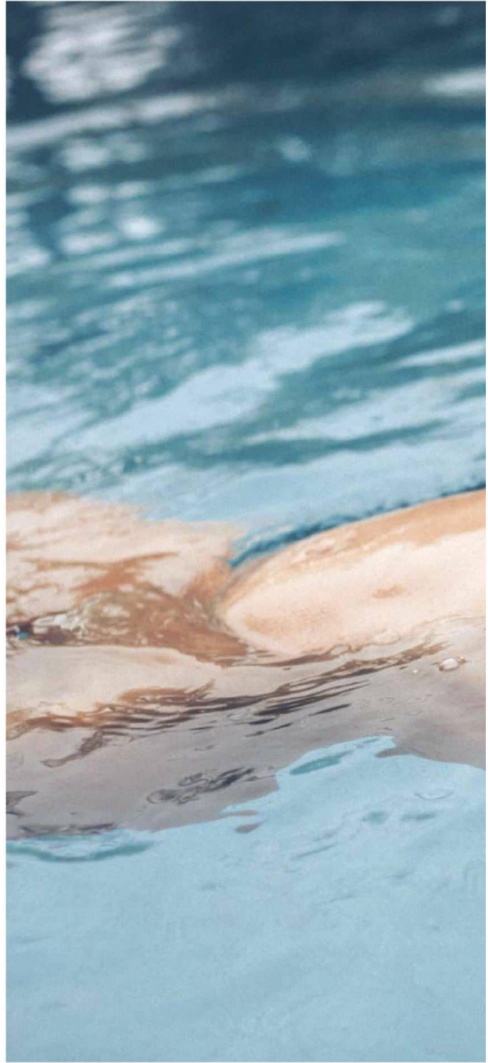
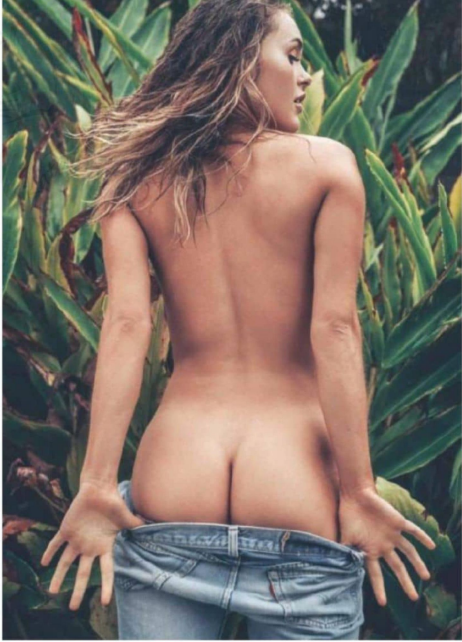
Ослепительная американская красotka ОБИГЭЙЛ О'НИЛ вот так описывает процесс работы над этими фотографиями: «Ой! Я просто счастлива работать с легендарным журналом. Съемка была очень веселой. Я пила шампанское в ванне! Что еще надо, чтобы побороть застенчивость?»

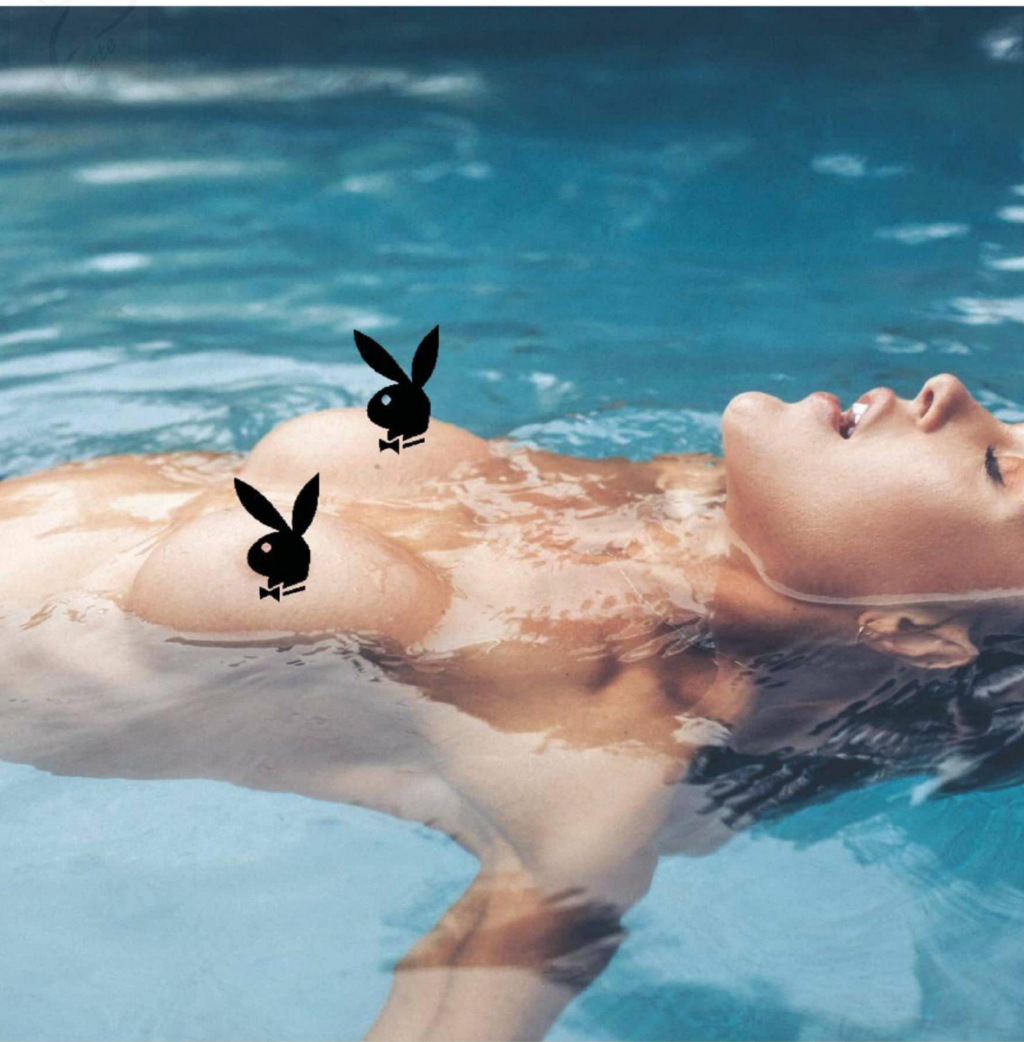
фото KAYLA VARLEY







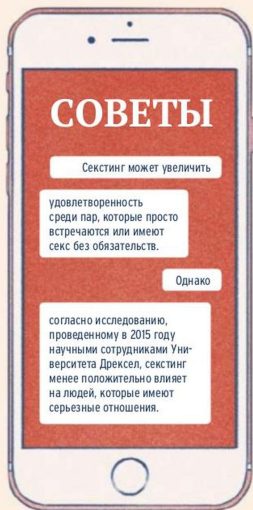






ГРЯЗНЫЕ СЛОВЕЧКИ

То, как мы говорим о сексе, всегда было, скажем так, делом деликатным. Особенно во время беседы с иностранцем. Playboy предлагает ПОДБОРКУ ЦИФР И ТЕРМИНОВ, СВЯЗАННЫХ С НЕПРИСТОЙНОЙ ЛЕКСИКОЙ в английском языке (без обид)



“**FUCK TRUMP!**”

CBS «запикал» оба слова в речи Роберта де Ниро во время церемонии вручения премии Tony Awards 2018.

COMING или CUMMING?

«Cum – это не слово. У нас нет трехбуквенных альтернативных написаний для других четырехбуквенных слов, которые имеют двойное значение. Так же, как и неправильно было бы написать I want to suk his dik» (Дэн Сэвидж). Правильно писать suck и dick.

К тому же cock ring («кольцо для члена»), blow job («мундштук»), butt plug («анальная пробка») и doggy style («то-собачьи») – все пишется двумя словами, а не одним.

14

ВЕК

общепринятая дата первой публикации слова fuck.



НЕ ГОВОРИ СЛОВО

КРАСНЫЙ АНАНАС ВАНИЛЬ
ЕДИНОРОГ **КЕЛЛИ КЛАРКСОН** ПУФЕНДУЙ

Термины, перечисленные в опросе 2018 года – самые популярные слот-слова, используемые во время извращения секса, как сообщает производитель секс-игрушек Lovehoney.



Sneeze in her satchel
(«чихать в ее портфель»)

Сленг времен Великой депрессии для обозначения куннилингуса.

Icing expert
(«глазурный эксперт»)

В сленге эпохи Второй мировой войны так называли любительницу минета.

Eating pound cake
(«вакушать пончик»)

В сленге эпохи Второй мировой войны это выражение обозначало зинлигнус.



4,1 МИЛЛИОНА

количество результатов поиска Google по запросу cum-a-holic («спермоголик»).



CUNT

(«женские гениталии»)
5 ВАРИАНТОВ ПРОИСХОЖДЕНИЯ

GROPECUNTELANE – название улицы в лондонском квартале красных фонарей, приблизительно в 1230 году.

KUNTA От этого древнескандинавского слова появилось слово cunt, обозначающее женские гениталии (Оксфордский словарь английского языка).

KUNTHI Название женских гениталий на санскрите.

KUNTI Тетка индустриального бога Кришны по отцовской линии.

«d GUESS THAT CUNT GETTING EATEN» («Эту м*нду отлизывает») – отрывок из песни Азили Бэнкс «212» 2011 года.



Для пресечения попыток мошенников спереть деньги с моей банковской карты пропиаваю все деньги в день зарплаты.

На собеседовании:

— У вас в резюме написано, что ваша сильная черта — таинственность. Хотите что-нибудь добавить?
— Нет.

Богатые пенсионеры пишут завещания, а очень богатые пенсионеры пишут конституции.

Если становится страшно, перед глазами охранника проносятся лучшие кроссворды в его жизни.

— Дорогая, смотри, какой чудесный дачный участок я нам купил. Экологически чистая зона, сосны, река. Вот здесь мы посадим клубнику и малину, вот здесь мы посадим помидоры и огурцы, а вот тут будет зона барбекю. Здесь мы посадим поджелудочную и печень.

Лайфхак: Если подойти к любому школьнику и сказать ему: «Я же говорил, засранец, что я тебя по IP вычислю», то он тут же убежит.

Положили старого еврея с хроническим заболеванием почек в больницу. Медсестра выдала ему 3-литровую банку для суточного сбора мочи. По истечении суток она задает вопрос:
— Вы собрали мочу?
Еврей:
— Я собрал, но, к сожалению, она уже закончилась.
Медсестра, недоуменно:
— Как закончилась?!
Еврей:
— Ну, как, как... Болезнь у меня серьезная, а призвыники так умоляют, что пришлось все продать...

В новом доме, где все квартиры куплены в ипотеку, на помойке с голоду сдохли все мыши.

Совесть — это когда на пляже ищешь туалетную кабинку.

Прочитал новость: коронавирус, как выяснили ученые, вызывает смерть в основном у лиц старше 65 лет. Не вирус, а просто мечта Пенсионного Фонда!

— Здравствуйте, доктор, я от Людмилы Николаевны...
— Что вы от Людмилы Николаевны?..
— Что-то подцепил...

— Алло, я вчера у вас сверхмощный пылесос купил.
— Вас плохо слышно, говорите громче! Орет в трубку:
— Понимаете, я вам сейчас звоню из мешка для пыли...

В каждом классе есть девочка, которая мечтала стать моделью, а стала беременной.

Только на третьем десятке счастливой семейной жизни Семен понял, что его жена немая.

Мне не понять парней, платящих «госпожам», чтобы те их унижали. Чувак, просто женись и неправильно складывай полотенце.

Впечатления американца от путешествия по российской глубинке: «Меня встретили до того бедные люди, что перстни у них были нарисованы на пальцах».



Ally Neiman

Ресторану требуется вышибала, чтобы объяснить предыдущему вышибале, что тот больше не работает.

Хочу приложение на телефон по типу Шазама, но чтобы анализировало ночные шорохи.

— Ок, Гугл, что за фигия я только что слышал?

— Да все ок, не бойся, это твой жирный кот шуршит бумажкой.

Или:

— Чувак, вот сейчас было реально странно, спрячься-ка под одеяло и дрожи до утра.

А теперь представьте себе советского школьника, который весь день сидит дома, уставившись на телефон!

Увидел друга в порнухе для геев. Никогда еще его тайна не была в большей безопасности.

— Замучила жара. Мне так хочется дождя, грозы и грома...

— Иди в душ, включи стиральную машину и положи в нее кирпич.

Электрический ток не бьет, он защищается.

МОЯ ПРЕЛЕСТЬ

перевод TATÁ SENIQUE
фото NICK RASMUSSEN

*Если удовольствие слабее
боли (спойлер: таки слабее),
как сделать так, чтобы жизнь
стоила того, чтобы жить?*

текст ADAM CONOVER

Удовольствие – хреновая штука.

Я уже слышу ваши возражения: «Адам, ты пишешь для PLAYBOY, главного мирового издания, посвященного удовольствию. Ты серьезно называешь удовольствие, благодаря которому мы, собственно, и живем, хреновой штукой?»

Да, увы, совершенно серьезно. Уж простите меня, облаченные в бархат сибариты, но испытывать удовольствие – не так уж и здорово. А идея о том, что нашу жизнь стоит жить из-за удовольствия, и вовсе не выдерживает даже минимальной критики.

Проблема заключается в том, что боль ощущается намного сильнее, чем удовольствие. О фундаментальной асимметрии в этом вопросе говорит южноафриканский философ-антинагуалист Дэвид Бенатар: «Самая мучительная боль хуже, чем наслаждение

от самых лучших удовольствий. Если вы это отрицаете, подумайте, согласны ли вы пережить час наихудших пыток, если вы за это получите час самых приятных удовольствий».

Хорошо, давайте я начну: согласусь ли я в обмен на один час чрезвычайно удовлетворительного полового акта с сексуальной и эмоционально отзывчивой партнеркой по моему выбору на часовую пытку водой, пока демон раскаленными щипцами будет медленно выдирать мне ногти, жгу-чая медуза будет выкручивать мне соски, а иглоподобная амазонская кан-диру заплывет в мой пенис?

Не знаю, как вы, но я, пожалуй, откажусь.

Боль нас травмирует, и поэтому мы о ней долго помним, даже уже перестав ее испытывать. Удовольствие при этом гораздо более мимолетно. Не успел его ощутить, как его уже нет.

Если позволите, пример из жизни. Пишу я эти строки, сидя возле бассейна отеля в Фениксе. Теплое солнце, приятный ветерок, напиток со льдом холодит руку. Если и говорить об удовольствии, то вот оно в чистом виде! Но завтра я должен буду встать в 4 утра, поехать в аэропорт, сесть в эконом-класс и долететь в Монреаль с пересадкой. И не важно, насколько приятно мне шевелить большими пальцами ног в бассейне сегодня, завтра будет ужасно. Опять-таки: боль одержала победу.

Даже если бы мы каким-то образом смогли устроить свою жизнь так, чтобы испытывать удовольствие в каждый момент бодрствования – а в 2019 году в мире это кажется целью очень большого количества людей, – мы все равно не были бы полностью довольны. «Конечно, все это мило, – думаю я, сидя у бассейна и ощущая, как ветер треплет мне волосы, – но насколько было бы лучше, если бы воздух был на пару градусов прохладнее, и если бы я без футболки выглядел лучше, и если бы эти дети из Огайо освободили наконец джакузи? Жаль, что я не настолько богат, чтобы открыть свой собственный отель и запретить вход детям! Вот это была бы жизнь!» И так до бесконечности. Удовольствие испытывать приятно, но оно никогда не делает нас по-настоящему счастливыми.



Ну и, наконец, давайте не забывать, что часто мы обаяны своим удовольствием чьей-то боли: этот зажиточный жиробас в первом классе, наверное, наслаждается своим откидным креслом, но стоит ли это того, если в результате бедолага в хвосте самолета вынуждены тесниться и мучиться еще больше?

Истина заключается в том, что удовольствие не является достойной целью. Так к чему же нам тогда стремиться? В качестве ответа на вопрос я бы предложил удовлетворение. Удовлетворение – это не мимолетное ощущение радости или удовольствия. Это чувство обретенного комфорта и освобождения от желания. И его можно достичь не только улучшая свою жизнь, но и помогая людям вокруг себя. Что может быть более удовлетворительным, чем знать, что ты сделал что-то доброе для мира? А пока удовольствие зачастую стоит денег, за удовлетворение платить не нужно – оно доступно каждому.

Конечно, когда вы удовлетворены, вы можете переходить к поискам удовольствия. Я же, с вашего позволения, займусь эмоционально наполненным половым актом с партнеркой по моему выбору. **В**

Перед тем как начать исследовать загадки самоудовлетворения, мне нужно было сначала согласиться с тем, что я достойна удовольствия.

текст MIEL BREDOUW

«Я слышала, Аманда любит мастурбировать в ванной под включенным краном».

В седьмом классе после урока физкультуры я стояла в раздевалке возле своего шкафчика и пыталась извлечь свой мокрый спортивный бра из-под обычного бюстгалтера на косточках. Таким хитрым способом я придумала прятать свои соски, чтобы их никто никогда не смог разглядеть. Случайно услышанный разговор одноклассниц стал неожиданным бонусом.

«Что?»

«В поле... морской звезды».

«А почему она не использует для этого головку душа?»

«У нее нет душа».

Если бы я не была так занята своим шибари с двумя бюстгалтерами, я бы воскликнула: «Но душ принимают не так» – или же: «А она может забеременеть от воды?» Но я бы никогда не решилась задать единственный вопрос, на который должна была ответить сама: зачем?

Я не была религиозной. Я не была помешана на сохранении девственности. Я ругалась как салопник и получала за это от взрослых. Я даже знала, что такое

минет (тогда я называла его «миньет»). И именно я как-то в школьной столовой за общим столом гордо сказала во всеуслышание: «Я уверена, что аппликатор остается снаружи».

Но мастурбировать? Кого???

Со временем я обнаружила, что мастурбация – это как тереть лампу Аладдина в пещере, только пещера – это джинсики без джинна. Даже просто думая об этом, я казалась себе грязной. Как можно было получить такое удовольствие, которое бы перекрыло унижение, сопровождающее весь этот процесс, нелепые звуки и малопривлекательные выражения, которые я могла издавать? Как гадко бы обо мне подумали, если бы об этом стало известно, и как мерзопакостно я бы непременно себя чувствовала после всего? Но самое главное, меня всегда преследовала коварная мысль, с которой я практически стала идентифицировать себя:

кто сказал, что я достойна испытывать удовольствие?

Может быть, я бы ощущала себя по-другому, если бы на дверях моей спальни был замок. Если бы я любила свое тело. Если бы я ходила в школу с лучшим сексуальным образованием.

Если бы меня была хотя бы кроха самоуважения. Если бы я дружила с такими девочками, как Аманда, или вообще с любимыми девочками. Если бы я смотрела ситкомы для взрослых типа «Большой рот» (*Big Mouth*), или сериалы о подростках типа *Pen15*, или фильмы о взрослеющих девочках типа «Образование» (*Booksmart*), да, собственно, любой контент, который нормализирует сам факт женского самоудовлетворения. Но у меня всего этого не было. И в моей голове приятно должно было быть другим людям, но не мне.

Всю старшую школу стыд преследовал меня, как рюкзаки на колесиках, с которым, по настоянию моего мануального терапевта, я должна была ходить в школу. Тогда я еще не знала, что это был «стыд». Я думала, это была «правда». В то время я уже начала получать какой-то сексуальный опыт с другими людьми, но всегда оправдывала его перед самой собой тем, что это они хотели. Я гордилась тем, что я была «спокойная», «нетребовательная» и «простая». Но чтобы я... испытывала возбуждение и хотела секса? Ха-ха! Честно, это очень смешно, потому что с медицинской точки зрения я не могла ощущать желание секса, как мне сказал мой врач, и можете сами у него узнать (хотя это врачебная тайна), но что вообще мне сказал, что я хотела секса, потому что в тот единственный раз в актовом зале, когда я крикнула «хочу!», я просто валяла дурака.

Я была так прелана идее не будить свое либидо, что мне это легко удавалось годами. Я стала «девушкой, которая никогда не мастурбировала» (покойся с миром, Стив Ларсон). Я даже начала об этом шутить – типа у меня маленькие руки (как будто отсутствие мясистых больших пальцев и размаха ладони на октаву автоматически исключали меня из группы любителей тереть фаслинку).

Хотела бы я рассказать, как меня обуял дух секса, и я включила I'm Every Woman Уитни Хьюстон и довела себя пальцами до чувственного иступления. Но реальность прозаична: мой сосуществующий бойфренд подарил мне вибратор. Не для него, не для нас, а просто для меня. Я покатила со смеху: «Только не в этой жизни. Надеюсь, они принимают возвраты! Ой, он такой гладкий!» Но потом, когда дома никого не было, я закрыла дверь на замок, выключила свет, зажгла свечи и устроила тест-драйв. И сразу же мне стало понятно, почему Аманда лежала в ванной под открытым краном в позе морской звезды.

Она пришла к этому в 12 лет. Я в двадцать-мать их-четыре. **В**





КОЛЬЦО ВСЕЗНАНИЯ

Компания Amazon представила умные очки, кольцо и беспроводные наушники с поддержкой голосового помощника Alexa. Кроме того, компания обновила сам голосового помощник, а также представила другие устройства, например, несколько новых умных колонок Echo.



В ЗЕНИТЕ СЛАВЫ

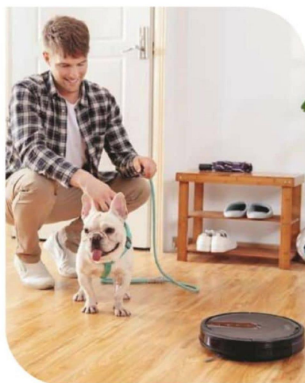
Цифровая полнокадровая новинка Zenit M выпущена ограниченным тиражом – для настоящих ценителей. Объектив Zenitar 35mm f / 1.0 и полнокадровая CMOS-матрица с разрешением 24 Мп делают фотоаппарат подходящим для уличной и пейзажной фотографии.



WISHLIST

ХОТЕТЬ НЕ ВРЕДНО

Вредно – не хотеть порадовать себя техническими и модными новинками. Этой весной столько всего интересного! Держи ПОДБОРКУ АКТУАЛЬНЫХ ДЕВАЙСОВ, после обладания которыми жизнь уже никогда не будет прежней



ЛУЧШИЙ ДРУГ...

...оставляет много шерсти? Содержать холястящую берлогу (равно как и уютное гнездышко) в чистоте и уюте легко с RoboVac 35C от Eufy. Команды роботу можно отдавать голосом или одним нажатием на дисплей смартфона.

ИСТОРИЯ С БОРОДОЙ

Braun Series 9 Gold Edition — премиальный гаджет для ухода за брутальной растительностью. Благодаря технологиям SyncroSonic и AutoSense бритва «измеряет» плотность бороды и корректирует движение режущих элементов! А для тех, кто хочет добиться эффекта легкой небритости – в наличии триммер HyperLift с уменьшающим трение титановым покрытием.



ДЕРЖАТЬ УХО ВОСТРО

BeatsX – компактные Bluetooth-наушники, которые не только отлично звучат, но и работают без подзарядки 8 часов. Кабель Flex-Form обеспечивает идеальную посадку, а четыре пары амбушуров разных размеров в комплекте – максимальный комфорт. Мазэстро, туш!



БАГАЖНЫЙ ОТСЕК

Практичная и вместительная сумка Allrounder немецкого бренда Reisenthal (DesignBoom) удобна и для спорта, и для путешествий. Имеет плечевой ремень с мягкой подкладкой и 6 внутренних карманов для организации нужных вещей.



ПО ЗАВЕТУ ФАРАОНА

Как должен пахнуть настоящий мужчина? Создатели аромата Luxor от Xerjoff считают, что восточные духи, наполненные о величии древних цивилизаций, – тренд сезона. Основные ноты: кардамон, корица, цейлонский ладан, атласский кедр, табак и мирра, индонезийский пачули.



СУПЕР МАРИО

Итальянский водопроточник с усами в синем комбинезоне известен любому игроману. Сегодня он оживает не только на экране, но и на одежде из новой коллаборации Levi's x Super Mario. Всемирно известный персонаж появляется этой весной на джинсах, футболках, худи и аксессуарах.



ТВОРЧЕСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ

ConceptD 3 Pro – ноутбук Acer для творческих личностей. Настоящая мобильная студия для профессиональных создателей контента. Работать с графикой и видео можно и в дороге. В этой модели прекрасно все: и процессор девятого поколения Intel Core i7, и видеокарта NVIDIA Quadro T1000. Собственно поэтому ноутбук легко справляется с современным ПО для работы с графикой, видео или архитектурным дизайном. А особая калибровка гарантирует максимальную точность цветопередачи. Продвинутая сетевая карта поможет с передачей крупных видеофайлов благодаря поддержке новой версии беспроводного протокола Wi-Fi 6.

ЭТО И СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ, И СОРЕВНОВАНИЯ
ОДНОВРЕМЕННО.

В ПРОГРАММУ КРОССФИТА ВХО-
ДЯТ КОРОТКИЕ, НО ВЫМАТЫВА-
ЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ
ИЗ РАЗНЫХ ВИДОВ СПОРТА.

модель
**НИКОЛАЙ
СКАЧКОВ**

Серебряный призер
Большого Кубка 2018
в командном зачете.
Тренер в Brothers
Boxing Club
[@malinovski_nickolay](#)

фотограф
**СЕРГЕЙ
ПЕНЗЕНСКИЙ**
[@sergiopenzenskiy](#)

эксперт по кроссфиту:
директор клуба
Redyar Capital
**ВЛАДИСЛАВ
ЗАХАРОВ**
[@redyar.moscow](#)
[@steve_durden](#)

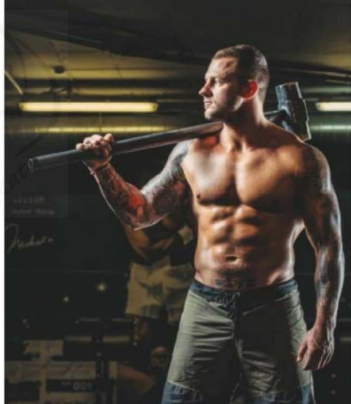
текст
ЮЛИЯ ПЕРШИНА



КРОССФИТ

РАБОТА НАД СОБОЙ

КРОССФИТ – УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СПОРТ и отличный шанс получить сильное
и выносливое тело. Все, что нужно: сила воли и опытный наставник!



**МАЛО ВРЕМЕНИ
НА РАБОТУ С СОБОЙ?
КРОССФИТ – ТВОЯ ИСТОРИЯ.
НО ПОЩАДЫ НЕ ЖДИ!**



«ДАТЬ В УХО»

Гаджеты для спорта призваны настраивать тебя на правильный лад. Энергичная и напористая музыка должна сопровождать, но не отвлекать спортсмена от занятий.

А значит «правильные уши» должны быть беспроводными, хорошо держаться на месте и не бояться пота и пыли (обязательное условие интенсивных тренировок).

Всем этим требованиям отвечает новинка **SOUNDCORE LIBERTY AIR 2**. В качестве дополнительного плюса: до 7 часов звучания от одной зарядки (до 28 часов вместе с зарядным кейсом).

ТЕЛО – В ДЕЛО

Изобретатель кроссфита – американец Грег Глассман. Ровно два десятка лет назад он ПРЕДЛОЖИЛ РАЗВИВАТЬ ТЕЛО ЧЕЛОВЕКА ПО ВСЕМ НАПРАВЛЕНИЯМ: выносливость, сила, гибкость, скорость, координация, точность, работоспособность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, быстрота адаптации к смене нагрузок.

Сегодня кроссфит-тренировки, как правило, включают в себя упражнения из разных спортивных жанров. В одной сессии часто пересекаются элементы:

- интервальных тренировок высокой интенсивности (короткие, но выматывающие);
- тяжелой атлетики;
- пауэрлифтинга;
- гимнастики

ЗАНЯТИЯ КРОССФИТОМ ДАЮТ РЯД ПРЕИМУЩЕСТВ:

- Ты учишь себя ставить четкие цели. А добиваясь их, получаешь удовлетворение и гордишься собой. Это касается и тренировок, и жизненных ситуаций.
- Ты становишься более уверенным в себе и привлекательным для противоположного пола. Причина как в упомянутых бicepsах и рельефном прессе (посмотри на нашего героя!), так и в росте тестостерона.
- Становишься более успешным на работе (меньше устаешь, всегда бодрый и в хорошем настроении – это снова к вопросу о гормонах).
- У тебя отличное самочувствие и крепкое здоровье – разве это не счастье?



НА ЭКРАНЕ

Хочешь абсолютно безоговорочно «заразиться» этим спортом? Посмотри на Netflix мощную «документалку» про РИЧА ФРОНИНГА.

Про невероятного 4-кратного победителя Crossfit Games (аналога Олимпийских игр для тех, кто занимается кроссфитом). Именно о нем ходят легенды, как о непобедимом чемпионе, для которого нет ничего невозможного.

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ

Кроссфит исторически создавался как противопоставление всем существующим видам фитнеса и спорта. Узкая специализация – их слабая сторона!

Посмотри на марафонцев или триатлонистов! Пожалуй, это самые выносливые люди на нашей планете. Но если встанет вопрос о поднятии тяжестей (нести любимую женщину на руках или поменять шину в автомобиле), эти ребята опустят глаза в пол.

Давай возьмем другую историю. Штангисты! Пожалуй, самые сильные атлеты. Но что касается их выносливости, она на очень низком уровне. Любая более-менее долгая кардио-работа вызывает страх и сильную одышку. Это может быть бег или «бурная ночь» – не так уж важно. Так себе вариант, конечно.

Так вот кроссфит создавался с целью развития физических качеств человека в балансе и всенаправленности. Чтобы человек, занимающийся кроссфитом, был одновременно и штангистом, и бегуном, и гимнастом. «Универсальный солдат» – вот как можно назвать того, кто исповедует кроссфит.



ОРГАНИЗМ

ВНЕ ИГРЫ

*Цена победы бывает слишком
высока. СКАЖИ, КАКИМ
СПОРТОМ ТЫ ЗАНИМАЕШЬСЯ,
и мы скажем, что у тебя болит!*

текст **ЮЛИЯ ПЕРШИНА**



ФОТО: SOLEIMANES/STOCK.ADOBE.COM, SHUTTERSTOCK/OTODOM.RU

Пожалуй, единственный спорт без травм — это шахматы. И то при условии, что в случае проигрыша соперник не бьет тебя доской по голове.

В идеале любительские занятия на корте, стадионе или марафонской прямой должны быть источником здоровья и мотивации, а также безграничного счастья (как известно, *тренировка вызывает прилив эндорфинов*). Однако это происходит в том случае, если мы подходим к занятиям осознанно и правильно дозируем нагрузку.

У спортивных врачей есть мнение, подтвержденное многолетней практикой, что каждый вид спорта имеет свои характерные травмы перегрузки опорно-двигательного аппарата. Опасность их в том, что мы практически не видим «красные флаги». Однако организм изнашивается, и в один далеко не прекрасный день происходит сбой в «матрице»...

БЕГ

Слишком рьяные марафонцы чаще всего страдают от воспаления или даже разрушения коленного хряща (*недаром такая проблема даже носит неофициальное название «колени бегуна»*).

Еще одна распространенная проблема — тендинит (воспаление) ахиллова сухожилия. Чаще бывает при «неистовых» забегах по пересеченной местности.

БОЛЬШОЙ ТЕННИС

Слышал про «локоть теннисиста»? Кстати, от него также страдают игроки в гольф и боулинг. Речь о хроническом воспалении мышц и связок локтевого сустава.

ва. Часто это связано с отбиванием крученых мячей и приемом силовых подач.

Впрочем, если даже ты пока совсем не ас, и все мячи идут на вылет, проблемой станет растяжение связок голеностопа. Причина в резких выпадах на большой скорости.

БАСКЕТБОЛ

Прыжки в борьбе не слишком полезны для связок голеностопа. Приземление вряд ли будет «мягким»!

Не редкое повреждение, следующее баскетболистов, связано с травмами ахилла. Разрыв или надрыв ахиллова сухожилия образно сравнивают с ударом палкой по ногам. Резкий щелчок — и человек падает как подкошенный. Во восстановление после такой травмы уходит около года! Еще одно уязвимое место баскетболиста — колени, а точнее связка надколенника.

ФУТБОЛ

Типичная усталостная травма футболиста — «синдром расколотовой голени». Постоянный мышечный стресс во время быстрых рывков и ведения мяча, а также слишком упорные тренировки, вызывают разрушение соединительной ткани. Как результат — воспаление и боль в голени, мешающая не только заниматься спортом, но и просто ходить. И еще одна зона риска у футболиста — подколенные мышцы, которые подвержены растяжениям и надрывам.



НЕЧАЕВ ВЛАДИМИР ИЛЬИЧ

Врач высшей категории, подиатр, спортивный врач сборных команд СССР и России.

БОЛЬ — это сигнал организма о том, что что-то не так, что надо остановиться и передохнуть.



ВЕЛОСИПЕДНЫЙ СПОРТ

Опытный велосипедист может совершать до 5700 оборотов педалей в час.

При этом вращение педалей – вещь для суставов не совсем естественная. Так что даже неправильно подобранная высота сидения или нерациональный выбор скорости заставят тебя «финишировать» у врача с травмами колена.

«ЖЕЛЕЗНОЕ» ПРАВИЛО

Если ты собрался принять участие в Ironman или в подобном серьезном состязании, худшее, что ты можешь сделать – обновить экипировку накануне старта. У каждого спортсмена образуется свой двигательный паттерн (рисунок бега). Если перед соревнованиями мы, например, меняем модель кроссовок, то биомеханика начинает мстить: включаются другие мышцы, нарушается вся последовательность движений. Итог – ты ухудшаешь свой результат, а заодно зарабатываешь перегрузку мышц.

Правило профессионалов: последние месяц-два перед соревнованиями нужно тренироваться в той обуви, в которой ты побежишь.

ФИТНЕС-МИФОЛОГИЯ

Если твое тело после тренировки болит – хорошо! Значит, в мышцах выбралась молочная кислота, и они будут рельефнее». Этот миф все еще можно встретить в литературе и даже в медицинских или тре-

нерских справочниках. Но с ним давно пора расстаться. На деле шведскими физиологами было неопровержимо доказано, что молочная кислота полностью уходит из мышц через 2 часа после окончания занятий или соревнований. Боль же говорит о том, что в месте перехода мышцы в сухожилия (энтезы) происходят микронадрывы. То есть боль в мышцах от перетренировки – сигнал с большим знаком минус!

КАК СЕБЕ ПОМОЧЬ?

После экстремальной нагрузки полезно сделать «заминку», посидеть в сауне и в облегченном режиме заниматься на следующий день. «Мягкая проработка» мышц и тепло усиливают кровообращение в тканях. Это обе-

спечивает вымывание из мышц продуктов распада и противовоспалительных веществ. Но потопишь! Сделать это нужно в первые часы, когда ты чувствуешь, что перетренировался. Тогда воспалительная реакция не успевает «развернуться».

Существуют врачебные рекомендации по интенсивности занятий любительским спортом. Средние нормы среднеинтенсивных физических нагрузок: 45 минут, 3-4 раза в неделю.

ОДНО ЗА ДРУГИМ!

У нас в организме все очень крепко взаимосвязано. Неправильная биомеханика движения провоцирует возникновение травм перегрузки опорно-двигательного аппарата.

Неоптимальное движение при занятиях спортом может быть вызвано рядом причин: от плоскостопия до синдрома короткой ноги. При этом, если человек часто получает одну и ту же характерную травму, стоит задуматься, эффективно ли бороться с проблемой исключительно методом обезболивания. По сути, тут как с любым механизмом: если подшипник заклинило, бесполезно его смазывать, нужно отрегулировать.

Если бегом начинает заниматься человек с плоскостопием, страдают все суставы, так как деформированная стопа не выполняет рессорную функцию и не гасит нагрузки.

Привычные «косяки» в биомеханике заставляют все мышцы нашего тела прикладывать дополнительные усилия, чтобы компенсировать нарушения. Их следствие – многочисленные микронадрывы. Особая опасность в том, что сначала они никак не дают о себе знать. Но предположим, что из 100 мышечных волокон порвались 10. При последующих тренировках оставшиеся 90 вынуждены «брать на себя» всю нагрузку и, естественно, перегружаться. В результате риск тех самых усталостных травм растет как на дрожжах.

ТВОЙ ЛИЧНЫЙ ТЕХОСМОТР

«Нарушения в работе стопы может диагностировать и предписать специализированный врач-подиатр. Так что любые занятия спортом должны начинаться с прохождения личного «техосмотра», – рассказывает исполнительный директор Лиги содействия развитию подиатрии Ольга Борисовна Чижевская. – Специалист определяет цели коррекции и может разработать специальный цикл упражнений на укрепление тех или иных мышц. Также при необходимости он изготовит особые спортивные ортезы. Они корректируют ту самую биомеханику стопы, улучшают ее функции балансировки и отталкивания и позволяют безболезненно переносить спортивные нагрузки, уменьшая при этом риск травм. В шутку такие ортезы даже называют «ортопедическим допингом». Не мудрено! При правильной работе мышц стопы все тело будет работать более эффективно».

11

косметических
средств
по цене одного~~4 650 Р~~

1190 Р



Лизабокс

Все средства подобраны для комплексного ухода бьюти-экспертами журнала «Лиза»
 ЭКОНОМИЯ В 4 РАЗА / БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА / ПРОБНИКИ В ПОДАРОК

lisa.ru/box



РАЗ ПЛЮНУТЬ!

Как бы футуристично это ни звучало, но многие наши достижения, как и неприятности, ЗАПРОГРАММИРОВАНЫ НА ГЕНЕТИЧЕСКОМ УРОВНЕ. О чем уже сегодня можно узнать, плюнув в пробирку, – в нашем расследовании

За последние 5 лет в мире произошел буквально бум генетического тестирования. Например, в США уже 10 процентов населения (более 30 млн человек) прошли различные ДНК-тесты.

Сегодня для проведения генетических исследований используется несколько технологий:

- ПЦР — самая древняя методика, была изобретена еще в 80-х годах прошлого века. Позволяет анализировать отдельные мутации, но неэффективна для оценки рисков многофакторных заболеваний или диагностики наследственных.



НАШ ЭКСПЕРТ
ВАЛЕРИЙ ИЛЬНСКИЙ
генетик, генеральный директор
Genotek

текст **ЮЛИЯ ПЕРШИНА**

- **ВЫСОКОПРОИЗВОДИТЕЛЬНОЕ ГЕНОТИПИРОВАНИЕ НА МИКРОЧИПАХ** — золотой стандарт при проведении ДНК-тестов на происхождение и для оценки рисков заболеваний. Технология позволяет с высокой точностью анализировать более 600 тысяч мутаций.

- **СЕКВЕНИРОВАНИЕ ПОЛНОГО ГЕНОМА ИЛИ ОТДЕЛЬНЫХ ЕГО УЧАСТКОВ** — технология, которая применяется в медицине для диагностики орфанных (*редких*) заболеваний. Очень дорогая история!

ЧТОБЫ ВЫДЕЛИТЬ ДНК, ДОСТАТОЧНО СДАТЬ В ЛАБОРАТОРИЮ ПРОБИРКУ С СОБСТВЕННОЙ СЛЮНОЙ

сказать, что он существует!

ДНК элитных спортсменов — целая наука — спортивная

. Ее цель — найти отличия в спортсменах (например, чемпионов) и обычных

. А затем проанализировать для успеха факторы — организма, особенное течение реакций и т. д. Сейчас

такими исследованиями занимаются во многих странах мира, в том числе и в России. Правда, если твои генетические данные идеально совпадают с данными элитного спортсмена, то можно лишь предполагать, что ваши организмы будут функционировать сходным образом. Это не является гарантией высоких результатов, однако такие совпадения повышают вероятность твоих успехов в спорте.

Кроме того, анализ подскажет, какие виды спорта именно тебе стоит избегать, чтобы не случилось проблем. Поскольку, скажем, за твердость костей и плотность связок также отвечают гены.

Регулярно ходишь в зал, а красивые «очертания» так и не приобрел? Полезно знать (для самооценки), что ограничение образования мышечной массы также может быть заложено на геномном уровне. Вот почему у кого-то мышцы начинают расти уже после нескольких походов в спортивный зал, а у кого-то они не начнут появляться и после года интенсивных тренировок.

«БОГАТЫЕ НАСЛЕДНИКИ»

Развитие ситуации с коронавирусом в мире (и многочисленные слухи и мифы вокруг этого) подхлестнули очередной виток интереса к информации о генетической предрасположенности к заболеваниям.

Спокойно! Генетические заболевания в большинстве случаев развиваются у человека, чьи родители здоровы, но являются носителями мутаций в одном и том же гене. О заболеваниях вирусной природы здесь речь даже не идет. Итак, чем ближе родство между двумя людьми, тем более вероятно, что они носят одни и те же мутации. Люди с одинаковым этническим происхождением имеют общих предков несколько поколений или десятков поколений назад, поэтому вероятность совпадения в генах у таких людей выше.

Примерами заболеваний, встречающихся в определенных этнических группах, может служить, к примеру, болезнь Тея-Сакса, носителем мутаций которой является в среднем один из 10 евреев-ашкенази. Еще один пример — семейная средиземноморская лихорадка, которую иногда называют армянской болезнью — она часто встречается у народов, живущих у Средиземного моря и у армян.

Так называемый «генетический паспорт» позволяет знать, к каким заболеваниям у человека предрасположенность выше, чем в среднем по популяции. Полученные знания полезны для профилактики потенциальных проблем. Предупрежден — вооружен!

СБРОСИТЬ ВЕС — ТОЖЕ РАЗ ПЛЮНУТЬ?

Скажем прямо, никакой анализ не позволит тебе похудеть по щелчку пальцев. Зато ДНК-тест поможет скорректировать питание. Он расскажет об особенностях метаболизма, нехватке витаминов и микроэлементов, а также о том, что какие-то конкретные продукты плохо усваиваются именно в твоём организме. С помощью этих знаний проще сбалансировать рацион с учетом индивидуальных особенностей (перестать травить себя помидорами или бубликами, например). А также можно увеличить разницу между потребляе-

мыми и потраченными калориями — знания у твоем «уникальном» метаболизме тебе в помощь.

ГЕНЕТИЧЕСКИЙ ТЕСТ, КАК И ЛЮБАЯ ДРУГАЯ ТЕХНОЛОГИЯ, ИМЕЕТ ОШИБКИ. НО, КАК ПРАВИЛО, ЕЕ ВЕРОЯТНОСТЬ НИЖЕ 0,01%

А КАК НАСЧЕТ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ?

ДНК-тест вряд ли расскажет, к чему твоя душа лежит. Но вот предпринять о возможности профессиональных заболеваний сможет. Как пример, рабочие асбестных заводов имеют повышенный риск рака легких — частицы асбеста, годами попадая в организм, могут в итоге привести к онкологии. Людям с генетической склонностью к раку легких стоит избегать близости к опасному производству, чтобы не сочетать сразу несколько факторов риска.

ДНК-тест выяснит и склонность к депрессии — роль генов в развитии этого заболевания оценивается примерно 50/50 (50% — гены, 50% — внешние факторы). Поэтому зная о риске душевных расстройств, стоит избегать дополнительных стрессов (по возможности).

Всего современных ДНК-тестов могут показывать риски более 190 заболеваний, многие из которых часто связаны с профессиональной деятельностью человека. Полезно знать!





СНЯТО

ЖАРКАЯ ВЕСНА

Модель TEELA LAROUX настолько горяча, что
грядущего лета 2020 ждать не придется, оно уже с нами.
Призывно пылает и остужает разгоряченную фантазию...

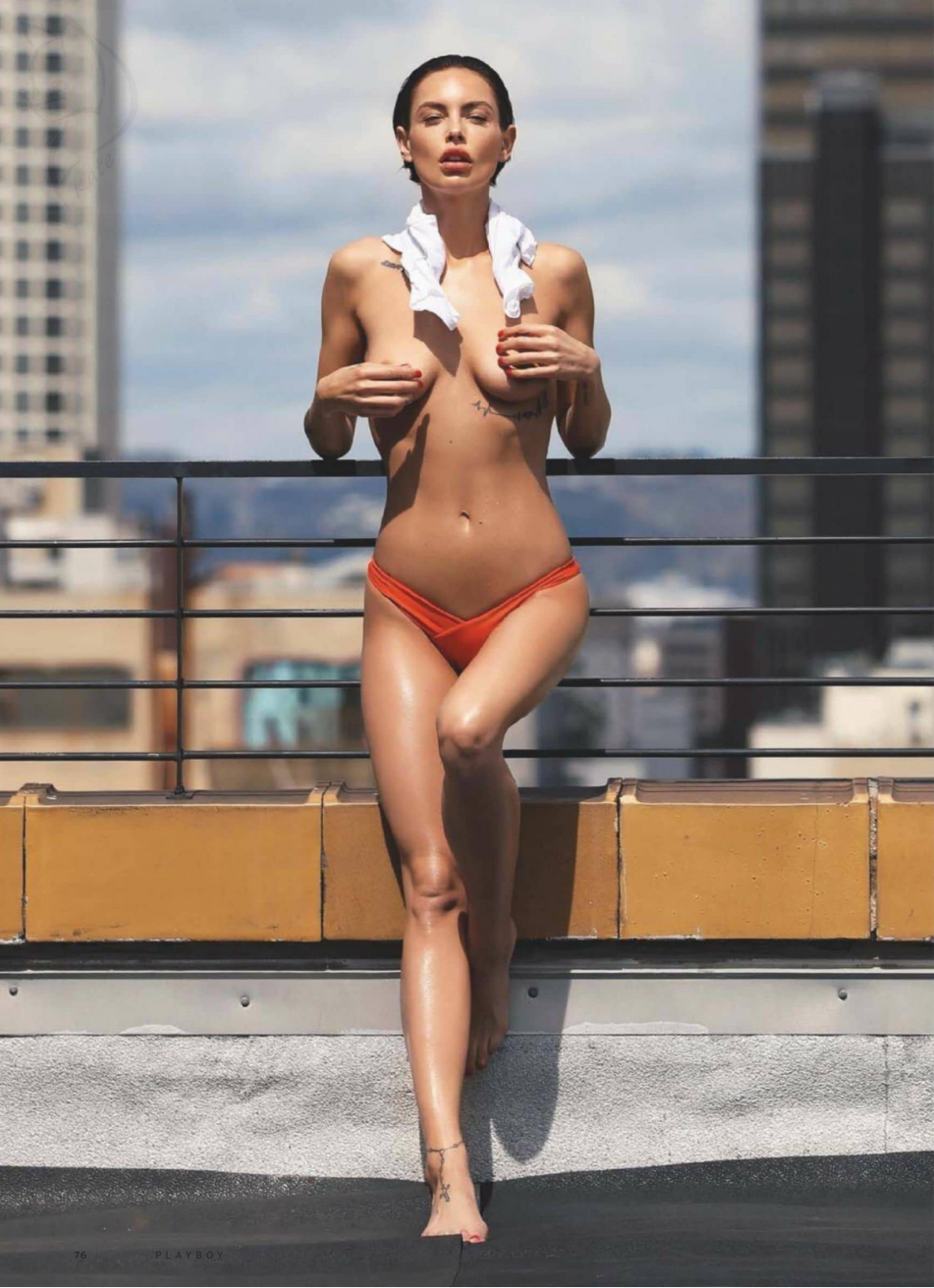
фото ANA DIAS







no one knows
you are
favorite







ВКАЛЫВАЮТ РОБОТЫ

Разгладить кожу, подровнять стрижку, привести в порядок бороду – БЬЮТИ-ГАДЖЕТЫ СПОСОБНЫ НА МНОГОЕ.

Просто нажми на кнопку – и наслаждайся результатом



Видов аппаратов для ухода за собой – огромное множество. Но все они действуют по определенному приятному алгоритму. В каждом приборе уже заложена программа, обеспечена техника безопасности и встроен таймер. При следовании инструкции навредить себе практически невозможно, а вот шансов добиться салонного эффекта от использования гаджета довольно велики.

СО СКОРОСТЬЮ ЗВУКА

Ультразвук уже давно используют в косметологии. К примеру, для очищения кожи. Звуковые щетки для лица вызывают в поверхностных слоях высокочастотные колебания, что ускоряет отделение ороговевших старых клеток и загрязнений. Первые приборы такого рода появились в 2004 году – у марки Clarisonic. А затем на рынок хлынули и очень бюджетные варианты, вышло большое количество насадок – для разных типов кожи и зон лица. Производители уверены: при регулярном уходе (как правило, раз в день по 2 минуты) такие щетки заменят салонные чистки. Но все индивидуально – нужно пробовать.

Ультразвук давно с успехом используется и для удаления зубного налета. Например, электрическая зубная щетка Philips Sonic делает 31 000 вибраций в минуту, создавая динамический поток жидкости, который должен очищать даже труднодоступные межзубные промежутки и отбеливать эмаль.

ПУСТИТЬ ТОК

Все тот же ультразвук в сочетании с микротоками помогает и в омоложении лица. Первый улучшает иммунитет кожи и обменные процессы в ее клетках. А микротоки вызывают сокращение мышц, укрепляя их и заодно повышая тонус кожи. Раньше добиться такого эффекта возможно было только в салоне, а теперь разглаживать морщины можно и дома. Например, с Trinity от NuFACE реально омолодиться за счет импульсных токов небольшого напряжения: они стимулируют кровообращение, укрепляют мышцы лица и улучшают его тон.

ДА БУДЕТ СВЕТ!

LED-приборы безопасны для любого типа кожи, даже если на ней то и дело появляются прыщи и шелушение. Энергия света обновляет и омолаживает клетки, ускоряя синтез коллагена и эластина и улучшая микроциркуляцию. Такая терапия отлично помогает, например, в лечении акне. Этим и занимается небольшой прибор Light Therapy Acne Spot Treatment от марки Neutrogena. Его синие светодиоды борются с вредными бактериями, а красные помогают уменьшить воспаления и лечат угри. А очки для области вокруг глаз Dr. Dennis Gross стимулируют выработку коллагена в этой зоне при помощи светодиодов красного и оранжевого цвета. Первые результаты стоит ждать уже через две недели, а через два месяца от твоих морщинок в уголках глаз не должно остаться и следа.

ПОД КОРЕНЬ

Производители электрических бритв и триммеров шагают в будущее просто семимильными шагами. Левая из стали, которые остаются острыми годами, возможность использования прибора более 40 минут без подзарядки, бритве в воде, огромное количество насадок на любой вкус, интеллектуальные программы. С такими гаджетами процесс ухода за собой уже не напоминает скучную рутину. Новая бритва Braun Series 3, к примеру, определяет плотность роста волос и адаптирует мощность, при этом не замедляя скорость срезания. Все происходит быстро и четко – и почти без твоего участия.

На странице слева: **1. FOREO Luna 2 for Men** Звуковая щетка для очищения кожи лица. **2. BRAUN Series 3 310 BT** Бритва для бритья и стайлинга. **3. PHILIPS Sonicare Series HX6232/20** Электрическая зубная щетка, которой можно пользоваться даже при наличии ортодонтических скобок, пломб и виниров. **4. EMI** Ультразвуковая щетка для очищения и массажа кожи лица и шеи. **5. POLARIS PHC 3015R** Машина для стрижки волос, бороды и усов. **6. PANASONIC i-Shaper ER-GY60** Мультитриммер для бороды и эпиляции тела.



1. WAHL Travel Shaver Компактная бритва для окантовки и сухого бритья. **2. NEUTROGENA Visibly Clear** LED-прибор для лечения акне. **3. REFA S Carat** Микротоковый лифтинг-массажер для лица. **4. NUFACE Trinity** Аппарат с импульсным микротоком для повышения тонуса кожи. **5. CLARISONIC Alpha Fit** Аппарат для глубокого очищения кожи лица и ухода за бородой. **6. DR. DENNIS GROSS Skincare Spectralite EyeCare Pro** LED-маска против морщинок и дряблости кожи в области глаз.

ВЗБОЛТАТЬ, НО НЕ СМЕШИВАТЬ

Парфюмерные коктейли с аккордами цитрусовых, водорослей и прибрежных трав бодрят, освежают и ПОМОГАЮТ НАЧАТЬ ВСЕ С ЧИСТОГО ЛИСТА

VINCE CAMUTO Homme

Ноты озона, фенхеля и полыни превратят тебя в расслабленного и утонченного европейца.

COMPTOIR SUD PACIFIQUE Eau de Biarritz

Аромат из нот бергамота, морских водорослей и ванили добавит тебе флера роскоши южного побережья Франции.

LE LABO Bergamote 22

Сочные цитрусовые ноты бергамота, грейпфрута и зеленый аккорд ретивера бодрят не хуже утреннего бриза на Средиземноморье.

SALVATORE FERRAGAMO Ferragamo

Бергамот, лимон, листья фиалки и нота кожи создают чувственный стильный аромат для тех, кто всегда в движении.

MIZENSIR Cologne de Figuier

Парфюм с нотами фигового листа, инжира и розового перца так же приятен, как летний полуденный сон в тени зеленой листвы.

YVES ROCHER Bois de Sauge

Туалетная вода со свежими нотами шалфея и дымчато-древесными аккордами гваякового дерева пробудит в тебе дух приключений.



ВСЕ ПО ДЕЛУ!

Самый классный «отрепетированный» лук померкнет, ЕСЛИ ЧТО-ТО НЕ ТАК С ВОЛОСАМИ. А если аромат диссонирует с твоей органикой, впечатление будет испорчено. Не ошибайся и выбирай все самое лучшее



ВОЛОСОК К ВОЛОСКУ

Внешний вид – отражение и характера, и статуса, а следовательно, необходимо уделять внимание деталям своего образа. Аккуратная стрижка и здоровые волосы – такой же важный его элемент, как хорошо сидящий костюм. Проблема выпадения волос способна повлиять не только на красоту прически, но и на самооценку. Специально для мужчин, желающих ощущать себя уверенно в любых обстоятельствах, Syoss представляет шампунь и бальзам против выпадения волос. Пусть ничто тебя не расстраивает, будь неотразим.

СУПЕРСИЛА

BARBER LAB – это современный подход к понятию ухода. Это эффективные средства в лаконичной упаковке, созданные с учетом особенностей мужской кожи и структуры волос. А шампунь-гель для душа 2 в 1 – универсальное средство для ухода за телом и волосами. Идеально очищает кожу и ухаживает за локонами. Плюс экономия места в ванной комнате: один флакон – два средства. Идеально для поездок, путешествий и командировок: в твоём рюкзаке – все только по делу!



БЕЗДНА УДОВОЛЬСТВИЯ

Смелый и пленительный, он сочетает в себе энергию солнца и свежесть морского воздуха. Парфюмер Мэттью Нарден хотел запечатлеть ощущение погружения в морскую воду в жаркий летний день, бодрящую свежесть этого первого соприкосновения с еще прохладной водой и чувство, что вдохнул глоток средиземноморского воздуха, наполненного ароматом лаванды и кедр! Как много смысла скрыто всего в одной капле Blue Kenneth Cole!



ХИТРАЯ КОМБИНАЦИЯ

Tesey – аромат для тех, кто никогда не сдаётся, уверенно идет к цели и всегда выходит победителем из любой ситуации. Бергамот, грейпфрут и цветки апельсина, которые прекрасно сочетаются с нежной лавандой и пряной смесью из розового и черного перца, дополнили необычной комбинацией из кедр, ванили, мускуса и бобов тонка. Все вместе они создают яркую, изысканную ароматическую комбинацию. Пройти мимо тебя невозможно.

НА СВЕЖУЮ ГОЛОВУ

Этот набор средств не только ухаживает за кожей и приводит в порядок шевелюру, но и ЗАРЯЖАЕТ ЭНЕРГИЕЙ УСПЕХА, повышая уверенность в себе

L'OCCITANE Цедра

Дезодорант-стик защищает на весь день от неприятного запаха пота и оставит на коже свежий цитрусово-древесный аромат, который нравится абсолютно всем. Еще один плюс для приверженцев ЗОЖ – средство не содержит спирта и солей алюминия.



ELEMIS Deep Cleanse Facial Wash

Экстракт коры дуба в этом геле для умывания молниеносно удаляет видимые и невидимые загрязнения с лица. Мята перечная борется с бактериями, вызывающими воспаления, а молочные протеины увлажняют и ускоряют восстановление кожи. Словом, после умывания ты будешь бодр и свеж, словно сутки проспал в девственно чистом лесу.



SYOSS

Уплотняющее суфле
Суфле, а если проще – моделирующая паста – заметно уплотняет тонкие волосы и придает им объем и блеск. Степень фиксации средняя, а значит, укладка будет выглядеть легкой и естественной.

FABERLIC Barberlab

Гель для бритья и умывания будет ухаживать за твоей бородой и усами не хуже барбера: максимально хорошо очистит кожу лица, позволяя выбрить бороду и усы с точностью до миллиметра. Бонусом защитит эпидермис от микропорезов и ран.

CLEAR MEN by Ronaldo

Натуральная морская соль в составе шампуня «Глубокое очищение 2 в 1» отлично очищает волосы и кожу головы от перхоти, оставляя взамен свежесть и чистые блестящие локоны. Кстати, в разработке этого средства принимал участие сам Криштиану Роналду. Принимай результат работы!



ЧАСЫ

В 2020 ГОДУ **ORIENT** И **ORIENT STAR** ПРАЗДНУЮТ 70-ЛЕТИЕ!

Основанная в Японии в 1950 году, компания ORIENT ценится во всем мире за ИСКЛЮЧИТЕЛЬНУЮ НАДЕЖНОСТЬ И ДОЛГОВЕЧНОСТЬ ЧАСОВЫХ МЕХАНИЗМОВ, разрабатываемых на собственной мануфактуре

Бренд ORIENT получил мировое признание благодаря мастерскому подходу к часовому делу – от производства традиционных механических часов и кварцевых механизмов до более сложных моделей с дополнительными функциями и оригинальным дизайном корпуса.

Подготовьтесь к лету с новинкой от Orient Star – спортивными механическими часами из коллекции Sports Diver RE-AU0304L. Гладкий синий циферблат, диаметром 43,6 мм, с индикатором запаса хода до 50 часов и индикатором даты защищен сапфировым

стеклом с антибликовым покрытием, которое обеспечивает дополнительную защиту и обзор. Люминесцентные стрелки и риски обеспечивают лучшую видимость под водой и в темное время суток. Разработанные со специальными кольцевыми оправами, обеспечивающими высокий уровень амортизации, эти динамические часы соответствуют критериям ISO (Международной организации по стандартизации). Спортивная модель RE-AU0304L с водонепроницаемостью до 200 метров идеально подходит и для дайвинга, и повседневного использования.



КАВЕР-ДУЭТ QUEENS

ТАТЬЯНА и АНАСТАСИЯ –
огненные солистки @girlsband.ru
с зажигательным репертуаром.
*Playboy пригласил девушек в редакцию,
чтобы узнать, какие хиты приносят
самые большие гонорары. И вот что
из этого получилось*

Татьяна, Анастасия, что вас радует в жизни, какие интересные события происходят? Какие вещи огорчают? ТАТЬЯНА: У меня насыщенная жизнь, перелетов не боюсь. За плечами и Таиланд, Индонезия. Подпитываюсь путешествиями по экзотическим местам, зимой – обязательно сноуборд. Мечтаю прыгнуть с парашютом. В общем, ищу острых ощущений! (Улыбается.) Я серьезно занимаюсь йогой, изучаю медитацию и негатив в свою жизнь стараюсь не впускать. Практикую каждый день: утром и вечером – казалось бы, всего 15 минут. А как это заражает!

АНАСТАСИЯ: Я запускаю свою онлайн школу вокала, готовлю марафон по нотной грамоте для детей и взрослых. Я так люблю работать, придумывать что-то новое, без дела мне грустно. Расстраивает меня только одно – ненавижу, когда люди опаздывают. Это может меня прямо в бешенство привести (смеется). Я сама очень пунктуальный человек.

Как вы оказались в группе?

ТАТЬЯНА: Мы познакомились с Анастасией на гастролях. Она тогда пела в «Любовных историях», а я – на бэк-вокале у Александра Буйнова. Оказалось, в наших судьбах много пересечений. Мы обе в детстве занимались в народном ансамбле, даже даты наших свадеб совпали! Постепенно мы подружились и решили создать вокальный дуэт с концепцией одинаковых костюмов, единого макияжа на двоих и причесок. Черпали вдохновение в творчестве лучших исполнителей, например, группой Матч и Лены Темниковой. Нам хотелось, чтобы наши образы и выступления цепляли «мужской глаз» (смеется). Костюмы мы подбирали долго, учитывая сегодняшние тренды – сетка, виниловые штаны а-ля 90-е.

Ваши хобби, увлечения? Кем себя видели в детстве?

ТАТЬЯНА: У меня финансовое образование, но с детства видела себя только певицей. Пела на протяжении всей жизни. А хобби – йога, спорт. Ну и моя работа, конечно же. Я занимаюсь тем, что радует, что больше всего люблю.

АНАСТАСИЯ: В детстве почему-то хотела стать медсестрой. Сейчас-то я от вида крови в обморок упаду, а тогда мечтала носить белый халатик и делать всем уко-



текст
ОЛЬГА КЛЮЧАРЕВА

лы. Но в результате попросила родителей отдать меня в музыкальную школу, со мной стала заниматься преподаватель, и диплом я получила с отличием. Родители были против, чтобы музыка стала моей профессией, ну и я поступила в РУДН, о чем не жалею!

Так какие же хиты приносят самые большие гонорары? И где «обитают» самые горячие пары и самые раскрепощенные девушки среди вашей аудитории?

ТАТЬЯНА: Мы обычно программу обговариваем заранее, но в основном заказчики просят «что-то из 80-х». Ностальгия! Даже если молодежная аудитория, самые «взрывные» песни – «Видели ночь» и Venus. Под них, что называется, и стар, и млад...

АНАСТАСИЯ: Когда собирается мужские компании, лучше всего заходит «Любовь» – «Выйду в поле ночью с конем». Это значит, что все гости будут петь вместе с нами, говорить, как все классно, это стопроцентное попадание (смеется). А для смешанных компаний гвоздь программы – песни Loboda и Веры Брежневой. Реакция всегда очень положительная и всегда «оплачиваемая». Самые горячие пары и самые раскрепощенные девушки – в бюджетных организациях (смеется). Публика доброжелательная, все зажигают, и от них море позитива!

Можете вспомнить какую-то особенно запомнившуюся историю о поклонниках?

АНАСТАСИЯ: Однажды мы выступали в штате Гоа в Индии, в русском ресторане. Он славился своими борщами, а это блюдо вообще-то трудно найти в Индии (смеется). Люди, которые, например, приезжали в эти места на зимовку, обожали туда ходить именно на борщ. Нас очень хорошо принимали, а на следующий день двое парней, которые накануне слушали наше выступление, кинулись к нам на пляже со словами: «Девушки, это вы вчера пели? Классно, это было лучше, чем борщ!». Мы очень смеялись, такого признания нам еще никто никогда не делал.

ВЫГОДНАЯ АКЦИЯ

НС-синтетические масла Optimal имеют самые современные допуски производителей, гарантируя надежную защиту мотора от износа. Благодаря пакету присадок обеспечивается оптимальное давление масла при всех условиях применения.

Акция от LIQUI MOLY: лучшее немецкое масло «5 по цене 4».

Спрашивай в магазинах.



НОВОСТИ

ЛАКОНИЧНО

Не надо много слов! Дельный совет тем и ценен, что краток и содержателен. Наш вердикт: все НОВИНКИ ГОДНЫЕ, И ЭТО ТОЧНО

МАРШРУТ ПОСТРОЕН

Робот-пылесос Polaris PVCР 3000 Cyclonic PRO – это полностью автоматическая уборка. У робота особая камера пылесборника, где создается активный циклонный поток для засасывания пыли. Встроенный гироскоп позволяет пылесосу самому выбрать самый эффективный маршрут для уборки, а инфракрасные датчики помогают ему ориентироваться в пространстве.

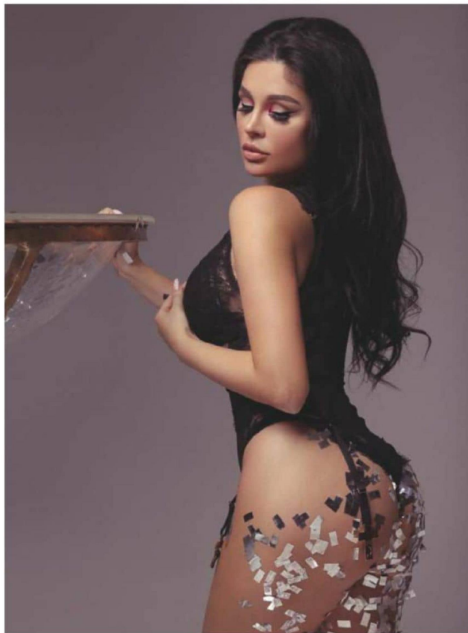


ПОЛНЫЙ ВПЕРЕД

Компания Bridgestone, мировой лидер в производстве шин, представляет премиальную модель в линейке шоссейных шин – Turanza T005. Главное преимущество этой модели – высочайшие показатели при торможении и в поворотах на мокрой дороге. Согласно результатам независимых тестов TÜV SÜD, тормозной путь Turanza T005 на 3 метра короче показателей ближайших конкурентов марки. Износостойкость новых шин увеличена на 11% в сравнении с предыдущей моделью. Улучшить характеристики шин удалось за счет применения инновационной технологии создания резиновой смеси NanoPro-Tech™. На российском рынке модель будет доступна весной 2020 года в 77 типоразмерах в диапазоне от 15 до 21 дюймов.



БЛИЦ

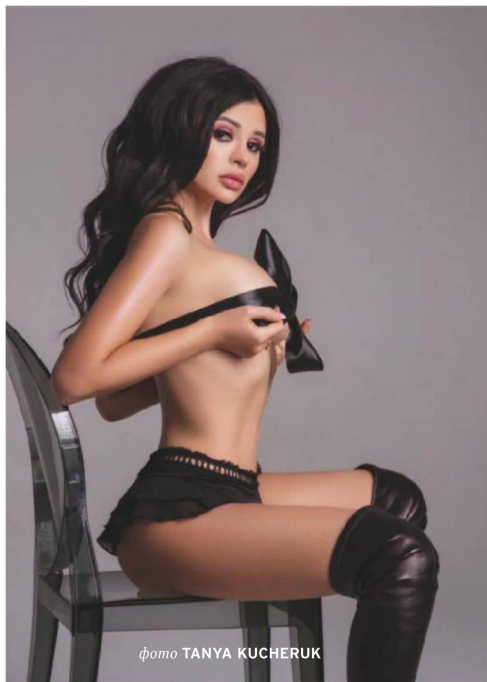


ХОЧЕШЬ ОСАГО?

Екатерина Писаревская – обладательница не только шикарных форм 90-62-90, но и высокого iq 136. Является руководителем страхового центра «Cat» и признана самым сексуальным страховщиком в России. Клиенты Екатерины не забывают продлить свой полис ОСАГО. Тут забудешь ...

instagramm @katrinapisarevskaya







ЧУДО СВЕТА



*Путеводитель по САМЫМ
ХАЙПОВЫМ МЕСТАМ
НА ПЛАНЕТЕ. Именно здесь
работает золотое правило:*

*«Мир интереснее, чем
нам кажется».*

текст **ЮЛИЯ ПЕРШИНА**

СОЛОНЧАК УЮНИ

Боливия

Это место сразу узнают фанаты «Звездных войн». Именно здесь снимали битву на плане Крейт в эпизоде «Последние Джедаи». Крупнейшее в мире соленое озеро занимает гигантскую площадь: 10 588 квадратных километров. В сезон дождей Уюни покрывается тонким ровным слоем воды, и небо отражается в нем как в зеркале, буквально сливаясь с поверхностью земли. Кажется, что ты гуляешь по облакам! Для полного «погружения» проводи ночь в настоящем соляном отеле, построенном из соляных блоков. Внутри тоже все из соли: стулья, столы, кровати. Незабываемые ощущения и полезно для легких.

Формальности: для граждан России безвизовый въезд на срок до 90 дней.

ЙОСЕМИТСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПАРК

США

Долина реки Йосемити знаменита отвесными гранитными скалами, буквально вздыбленными на километровую высоту. За парадом утесов долина расширяется, и появляется что-то вроде обзорной площадки для самого большого водопада долины. 738-метровый водопад Йосемити – один из самых высоких в мире. Любители хайкинга могут подняться на его вершину! Также популярны водопады Брайдалвейл («Вуаль невесты») и «Конский хвост». Любоваться им лучше всего как раз весной, когда они наиболее полноводны. Не пропусти смотровую площадку Glacier Point. Вид с высоты 2200 м на долину Йосемити – великолепный! Видны знаменитые горы Эль Капитан и Полукупол, река Мерсед, водопады. Дорога открыта с мая по ноябрь. Лучшие фото получают после полудня.

Еще здесь растут невероятные секвойи – самые огромные и долгоживущие деревья на Земле. Некоторые экземпляры выросли до 80 м и имеют возраст 3,5 тысячи лет. Есть тут и «дерево-туннель», сквозь ствол которого может свободно проехать автомобиль.

Формальности: гражданам России для посещения США необходима виза.





ОЗЕРО ЛУИЗ

Канада

Не нужно придумывать особые причины, что приехать в Канаду. Благодаря отличной инфраструктуре и огромным пространствам нетронутой дикой природы, протянувшимся через 6 часовых поясов, эта страна манит любителей долгих и увлекательных маршрутов.

Лучший способ влюбиться в Канаду раз и навсегда – изучить впечатляющую систему национальных парков. А если ты ограничен во времени, загляни в Банф, что в Скалистых горах, чтобы полюбоваться бирюзовой гладью озера Луиз и с отражением сияющих ледников. И да, это не фильтры Instagram. Бирюзовый – его натуральный цвет. А если подняться по канатной дороге на гору Лейк-Луиз, возможно удастся сделать невероятные фото дикой природы. Непутанные медведи гризли бродят здесь в изобилии.

Всего в Канаде 46 национальных парков и заповедников.

Есть где разгуляться!

Формальности: гражданам России для посещения Канады требуется виза.

МОСТОВАЯ ГИГАНТОВ

Ирландия

Древние верили, что Мостовая Гигантов была делом рук могущественных великанов. Шестиугольные базальтовые колонны у побережья Козуэй ровными рядами выступают из атлантических волн.

Самая популярная легенда рассказывает о противоборстве героя кельтских мифов Финна МакКула и чудовища одноглазого. А геологи придерживаются более прозаической версии. Дескать, камни образовались около 60 миллионов лет назад в результате вулканической активности. Правда, почему, они при этом имеют столь идеальную геометрическую форму, ответа не дают.

Формальности: гражданам России необходима виза.



ВРАТА АДА

Туркменистан

Это место и вправду выглядит зловеще, словно дверь в преисподнюю. Кратер Дарваза, он же «Врата Ада» в пустыне Кара-Кум, горит днем и ночью. Причина появления «адского пламени» вполне прозаична. Советские геологи разрабатывали здесь газовое месторождение еще в 1971

году. Начали бурить и наткнулись на каверну – пустоту в породе, – в которую провалились (к счастью, без жертв) буровая вышка, все оборудование и даже транспорт. А вот дальше была совершена ошибка. Разработчики подожгли яму с природным метановым газом, рассчитывая, что она выгорит за пару дней. Вот только пламя не утихло до сих пор.

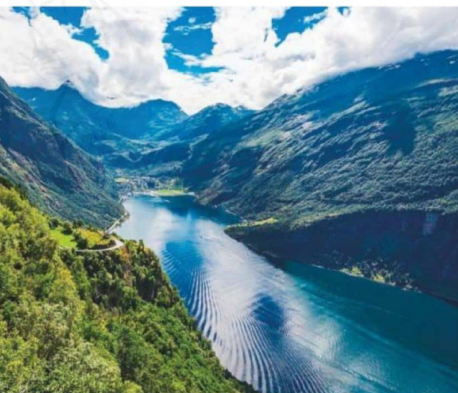
Дорога из Ашхабада до Дарваза не близка. Ночь можно провести в кемпинге или в придорожной чайхане на шоссе вблизи Ербента.

Формальности: виза ставится по прибытии.

Оформляется в аэропорту Ашхабада при наличии приглашения. Стоимость: \$155.



Книга «Чудеса света. 101 удивительная достопримечательность в рамках любого бюджета» Lonely Planet



ГЕЙРАНГЕР-ФЬОРД

Норвегия

Вообще в Норвегии свыше тысячи фьордов (только посмотри на карте, как изрезан в этой части берег Скандинавского полуострова). Однако Гейрангер-фьорд – один из самых известных.

С отвесных скал низвергаются бурлящие каскады воды. Самые известные из здешних водопадов – «Семь сестер», «Жених» и «Фата невесты». Они окутывают скалы легкой дымкой, в которой переливаются разноцветные радуги.

Познакомиться с фьордом можно с борта круизного лайнера, экскурсионного парома или же на велосипедной прогулке вдоль берегов (специальные маршруты рассчитывают так, что дорога идет все время под горку). Горная дорога Тролльстиген, или «Лестница троллей» – один из вариантов пути, по которому можно попасть в регион. От поездки по этому узкому горному серпантину, извивающемуся по крутому горному склону, мимо водопадов, захватывает дух.

Формальности: гражданам России необходима Шенгенская виза.

БОРОБУДУР

Индонезия

Легендарный храмовый комплекс на острове Ява регулярно засыпает пеплом во время извержения вулканов. К слову, найден был этот самый огромный буддистский комплекс в мире не так давно. В начале XIX века его буквально выкопали из пепла вулкана Мерапи. Грандиозное сооружение, построенное в форме мандалы, будто воплощает схему мироздания.

Формальности: для граждан России безвизовый въезд на срок до 90 дней.



БОЛЬШАЯ ГОЛУБАЯ ДЫРА

Белиз

В 1970-х Жак-Ив Кусто объявил Большую голубую дыру одним из лучших мест для дайвинга. Мы склонны доверять его мнению.

Подводная карстовая воронка почти безупречной круглой формы (глубина 120 метров, диаметр – 300 метров) выглядит, словно гигантский лазурный эрмачок с аквариновой окантовкой, окруженной более светлыми оттенками рифа. Компанию дайверам составляют рифовые акулы, рыба-молот, а также множество других не менее интересных обитателей подводного мира.

Сезон миграции китов и акул приходится на март-июнь.

Формальности: гражданам России необходима виза.



ЗОЛОТОЙ ХРАМ АМРИТСАРА

Индия

Святая святых всех сикхов (*не путать с ситхами!*) Золотой храм в Амритсаре словно плавает на поверхности сияющего пруда, именуемого «нектаром бессмертия». Четыре двери храма по сторонам света означают, что он открыт для людей всех вероисповеданий. Свод похож на перевернутый цветок лотоса, и говорят, что на его позолоту ушло до 750 кг чистого драгметалла. Вход свободный, но каждый посетитель, равно как и верующий, должен снять обувь, омывать ноги и покрыть голову (*шарфы выдаются бесплатно на входе*).

Второе часто употребляемое название этого места Шри Хармандир-Сахиб (*обитель Бога*). Повязать тюрбан, как у сикхов – достойное умение, потренируйся на досуге. Впрочем, превзойти их в мастерстве невозможно! Выстраивать на голове немислимые конструкции из ткани и украшений – это, видимо, зашто у них в ДНК.

Формальности: граждане России могут оформить электронную визу в Индию.



ГУНУНГ-МУЛУ

Малайзия

От названия острова Борнео уже веет приключениями.

Расположенный на нем заповедник Гунунг-Мулу – идеальное место для авантюристов всех мастей, но в особенности тех, кто увлекается спелеологией.

Именно здесь находится грот Саравак – самая большая пещера на нашей планете (600 метров в длину, 435 – в ширину, высота потолка – 150 метров).

Чтобы тебе было легко представить его размеры, воспользуемся сравнением. Грот так велик, что в нем с легкостью поместился бы одновременно сорок пассажирских Боингов. А еще он в два раза крупнее арены Уэмбли, самого знаменитого британского стадиона.

Формальности: для граждан России безвизовый въезд на срок до 30 дней.

В ПУТИ ПРИГОДИТСЯ

*Актуальные новинки
для продвинутого туриста.*



ДОГОНИ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ

Универсальные кроссовки Under Armour HOVR Machina для забегов хоть по тропическим лесам, хоть по морским берегам. Упругая подошва хорошо амортизирует, а встроенный в подошву датчик отслеживает, анализирует и сохраняет статистику тренировок.



ИГРАЮЧИ, НА ХОДУ

Беспроводная гарнитура SteelSeries Arctis 1 Wireless 4-in-1 комфортна для игр, просмотра фильмов как дома, так и в путешествиях. Важные плюсы в дороге: шумоподавление и работа 20 часов на одном заряде!



ОТКРЫВАЯ СЕЗОН

Продуманные велопутешествия добирались и до наших широт. Тем, кто не мыслит поездки без ноутбука, фотоаппарата и прочих ценных вещей, пригодится удобная и стильная велосумка Thule Shield Panniers.



ШКОЛА БАУХАУС

1

2 | КТО ЕЩЕ СТОИТ ЗА ЭТИМ ДВИЖЕНИЕМ?

Наряду с Гропиусом в школе Баухаус преподавали другие знаменитости из мира архитектуры и искусства. Среди наиболее известных учителей были русский художник Василий Кандинский, который читал такие курсы, как «Абстрактные элементы изображения» или «Аналитический рисунок», а также немецко-американский архитектор Людвиг Мис ван дер Роэ, который в 1930 году занял пост директора школы. В дополнение к своим зданиям (например, Seagram Building в Нью-Йорке) он стал известен прежде всего благодаря созданию Barcelona Chair (рисунок 3) – классической мебели, которая до сих пор стоит во многих жилых пространствах мира. Кстати, изначально эти стулья были спроектированы для немецкого павильона Всемирной выставки 1929 года в Барселоне.

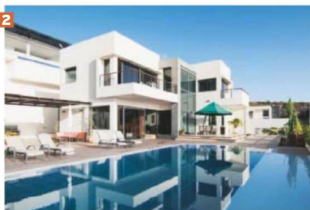
3 | ПОЧЕМУ БАУХАУС ТАК ЗНАЧИМ И ЛЮБИМ ВО ВСЕМ МИРЕ?

Когда в 1933 году школа была закрыта национал-социалистами, многие учителя и ученики бежали за границу и распространили идеалы Баухауса по всему миру. В Тель-Авиве еврейские беженцы построили «Белый город» (рисунок 6) – крупнейший в мире архитектурный ансамбль Баухауса, который является частью Всемирного наследия ЮНЕСКО с 2003 года и до сих пор представляет собой образец современной архитектуры в Израиле (например, эта вила в городе Хайфа, рисунок 2). Сам

1 | ЧТО ОЗНАЧАЕТ ТЕРМИН «БАУХАУС»?

Баухаус – (дословный перевод с немецкого – «строительный магазин») – это самое влиятельное архитектурно-стилистическое движение в Германии. Оно было основано в 1919 году Вальтером Гропиусом (рисунок 1) в Веймаре – в форме художественной школы, которой впоследствии пришлось переехать в Дессау, а затем в Берлин из-за политического давления со стороны национал-социалистов. Первоначально главной идеей была междисциплинарное объединение областей искусства, ремесла и дизайна в архитектурное целое. Хотя сама школа существовала всего 14 лет, она помогла произвести прорыв в модернистской архитектуре, особенно благодаря использованию новых строительных материалов, таких, как сталь, стекло и бетон. Сегодня Баухаус отвечает в своем стиле за четкие формы и функционализм, основанный на известном принципе дизайна: «функция определяет форму».

2



3





СТИЛЬ

Даже спустя 100 лет язык дизайна этой архитектурной школы по-прежнему остается мерилом хорошего вкуса: будь то мебель, часы или мобильный телефон. ПЯТЬ ВЕЩЕЙ, КОТОРЫЕ ВЫ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ ОБ ЭТОМ НАПРАВЛЕНИИ

текст МАЙКЛ БРУННБАУЭР

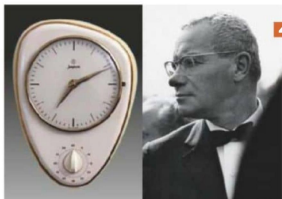
Гропиус эмигрировал в Соединенные Штаты, где возглавил факультет архитектуры Гарвардского университета, другие преподаватели основали школу дизайна «Новый Баухаус» в Чикаго.

4 | КАКИЕ МЕСТА ПАЛОМНИЧЕСТВА В ГЕРМАНИИ ВЫ МОЖЕТЕ ПОСЕТИТЬ?

Под лозунгом «Переосмыслить мир» более 500 мероприятий по всей земле проводятся в честь 100-летнего юбилея со дня основания влиятельной школы архитектуры и дизайна – большинство из них проходят в самых важных местах деятельности движения: Веймаре, Дессау, Берлине, Чикаго, Тель-Авиве. Если будете в Германии, обязательно побывайте в новом музее Баухауса. В Дессау стоит посетить здание Баухауса, спроектированное самим Гропиусом и являющееся примером междисциплинарной идеи Баухауса. А в Берлине Баухаус-архив (www.bauhaus.de), открытый в течение всего юбилейного года, приглашает вас на большое количество выставок и фестивалей.

5 | ПОЧЕМУ ДИЗАЙН БАУХАУСА ПО-ПРЕЖНЕМУ АКТУАЛЕН?

Особенно в промышленном дизайне, минималистская концепция геометрических форм без излишних выкрутасов является формирующим стилем, который сих пор не был превзойден. Знаменитые кухонные часы 1956 года студента Баухауса и звездного архитектора Макса Билла (рисунок 4) сформировали



облик почти всех современных немецких наручных часов. После Второй мировой войны Билл основал Высшую школу искусств по образцу Баухауса в Ульме, где легенда дизайна Дитер Рамс также разработал свои первые проекты для производителя электрооборудования Braun. Своим дизайном Рамс произвел революцию во всей отрасли, и его проекты, такие, как калькулятор BNE 001 (рисунок 5), до сих пор выставляются в музеях дизайна по всему миру. Кстати, один из его самых больших поклонников – Джонатан Айв, главный директор по дизайну компании Apple. То, что iPhone – внук Баухауса, выдает дизайн приложения калькулятора.

перевод СВЕТАЛАНА ХОДАКОВСКАЯ



Дэвид Кушнер

ПОТРАЧЕНО. БЕСПРЕДЕЛЬНАЯ ИСТОРИЯ GTA

Grand Theft Auto – одна из самых масштабных и противоречивых игровых франшиз всех времен. С момента первого релиза в 1997 году GTA стала пионером в использовании всего: от 3D-графике до саундтреков и голливудских актеров в озвучке. Книга раскрывает бэкстейдж этой бурной истории: как придумывалась и развивалась франшиза, почему она так взбудоражила мир, и другие вкусные подробности.



Нил Деграсс Тайсон

НА СЛУЖБЕ У ВОЙНЫ

О настоящей цели прорывов в технологиях и исследований в области астрофизики в своей новой книге пишет американский астрофизик, популяризатор науки, директор планетария Хейдена – Нил Деграсс Тайсон. Вместе с коллегой-исследователем Эйвис Лэнг он собирает воедино не связанные на первый взгляд факты и доказывает, что астрофизика – это не только наука о красивых звездах и планетах, но и мощный ресурс в военной гонке сверхдержав.



Брюс Дикинсон

АВТОБИОГРАФИЯ ПИЛОТА И ВОКАЛИСТА IRON MAIDEN

Автобиография вокалиста легендарной британской группы IRON MAIDEN, мировой бестселлер по версии New York Times и UK Times впервые на русском языке! Читателя ждет полное погружение в британскую музыкальную атмосферу второй половины XX века. В то время, когда балом правил Рок. В книге Брюс Дикинсон рассказывает о всех этапах своей поистине удивительной и многогранной жизни.

ОРИГИНАЛЬНОЕ ЧТИВО

*В период буйства коронавируса и весеннего обострения ХОРОШАЯ КНИГА – ОСТРОВОК ЗДРАВООГ СМЫСЛА и приятный, умный собеседник.
Вот достойные новинки для твоей книжной полки!*



Лоуренс Сутин

ФИЛИП К. ДИК. ЖИЗНЬ И ВСЕВЫШНИЕ ВТОРЖЕНИЯ

Книга Лоуренса Сутина одобрена семьей Дика как его официальная биография, которая освещает жизнь человека, разорвавшего шаблоны научной фантастики и глубоко повлиявшего на таких писателей, как Пинчон, Деллито, Дэвид Фостер Уоллес и Джонатан Летем. Захватывающая и глубоко открытая, книга является обязательным чтением как для поклонников Дика, так и для всех любителей современной литературы и кино.



Сид Мид

ВСЕЛЕННАЯ ЛЕГЕНДЫ ФУТУРИЗМА. ОТ «ЗВЕЗДНОГО ПУТИ» ДО «БЕГУЩЕГО ПО ЛЕЗВИЮ 2049»

Сид Мид – культовый голливудский художник-постановщик. За полвека он создал целую фантастическую вселенную – миры фильмов, которые знает каждый. 256 страниц книги – это альбом концептуального искусства, созданного легендарной футуризма. Здесь читатель найдет иллюстрации для «Бегущего по лезвию», «Чужих» и еще 20 фильмов.

**Чак Паланик, Кэмерон Стюарт
БОЙЦОВСКИЙ КЛУБ 3**

В 2020 году исполняется ровно 5 лет с тех пор, как Чак Паланик и художник комиксов Dark Horse, DC и Marvel Кэмерон Стюарт («Мстители», «Люди Икс», «Бэтмен и Робин») написали сиквел «Бойцовского клуба» – графический роман «Бойцовский клуб 2». Аккурат к двум этим годовщинам Паланик и Стюарт вновь поработали вместе, чтобы создать метасиквел «Бойцовский клуб 3», посвященный очередному непредсказуемому витку истории Тиллера Дердена.

MISS MARCH 1991 JULIE CLARKE



РЕКЛАМА 16+

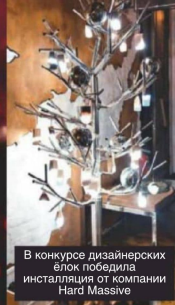
ONLY THE BOOK IS COVERED

THE COMPLETE CENTERFOLDS AVAILABLE NOW AT INTL.PLAYBOYSHOP.COM

Мисс март 1991 года Джулия Кларк
Только книга в одежде. Наши модели раздеты. Одежда доступна сейчас на сайте INTL.PLAYBOYSHOP.COM



Телевизоры The Frame от компании SAMSUNG транслировали видеопрезентации в продолжение всего вечера



В конкурсе дизайнерских ёлок победила инсталляция от компании Hard Massive



Ёлка от компании Sofia



Ёлка от компании Mr. Doors — второй победитель конкурса дизайнерских ёлок «Арт-лес»



Новогодняя красавица от компании «Мебельенд»

РЕКЛАМА

Главный праздник

29 ноября в Москве в LOFT HALL 3 состоялась грандиозная вечеринка для профессионалов интерьерной сферы «АрхиЕлка-2020». Организатором выступил издательский дом BURDA. Вozдём программы стала церемония награждения победителей премии «Интерьерные львы», учреждённой журналами SALON-interior и «Идеи Вашего Дома». Среди более чем 100 опубликованных проектов профессионального жюри выбрали победителей в нескольких номинациях. Лауреатам вручили памятные статуэтки и подарки от спонсо-



фото Анастасия Ратина, Юлия Цыганова, Андрей Горюнов

Руководитель отдела архитектуры и строительства Торгово-экономического отдела Посольства Испании в РФ Марина Зирина поздравляет второго лауреата в номинации «Молодые львы» — студентку OLYMPIA Alenu Тоняеву. Подарком стали поездка в Валенсию на выставку CEVISAMA 2020 и сертификат от «ЭКОВАК СИСТЕМ».

Специальный приз в номинации «Молодые львы» получила студентка Национального исследовательского университета МЭИ. Вице-президент компании ACER Григорий Изюмов вручил Елизавете Михайловой сертификат на профессиональный ноутбук ConceptD 5 Pro.

В номинации «Дом» победителями стали Филипп Юшин, Пётр Юшин, Нина Прудникова. Призы им вручили руководители курса дизайна интерьера в Британской высшей школе дизайна Елена Бакина и владелец итальянской фабрики XENIA Марко Газза.



В номинации «Квартира» победителями стали Борис Усовцев — Боровский, Ирина Селезнёва, Оксана Лодыкина, Даниилка Иноченти (MY EQUILIBRIA) и Андреа Марин (W.W.T.S.), вручили от компании MY EQUILIBRIA спортивные аксессуары Rotary Push Ups в золотой отделке. Также все призёры во всех номинациях получили подарки от австрийской компании BAUMIT.

Ещё одни победители в номинации «Квартира» — Александра Фёдорова, Сергей Калогов, Ирина Губская. Статуэтку призёра вручает директор Московского музея дизайна Александра Савельева.

Победу за лучший реализованный проект интерьера общественного пространства одержали Ольга и Ирина Сундуковы. Для вручения награды на сцену вышли архитектор Юлия Борова, Мария Волошина (PR-директор IPROM GROUP) и Тимофей Майоров (генеральный директор LUMI POLAR, финской компании по проектированию, производству и строительству домов). Также поздравила победителей куратор направления «дизайн интерьеров» онлайн-университета Skillbox Екатерина Травинская.



В спецноминации журнала SALON-interior победили Анна Карпова, Владимир Разделов, Евгения Цыганкина, Варвара Истратова. Победительница объявила Ольга Королёва, главный редактор журнала SALON-interior. А подарки от компании SERIP вручили владельцы сети интерьерных салонов ROYAL ROOM Константин Кравцов.



Корнер компаний «Мебельенд» — Savio Firmino®

В интернет-голосовании победила Ирина Линецкая. Приз вручила Елена Шленкина (представитель итальянских мебельных фабрик, «Территория стиля Neoteric 1»).



ИНТЕРЬЕРНЫЕ
ЛЬВЫ



Стенд компании
Finex



Стенд компании
Serip

Ведущие вечера Анастасия
Матвеева (телеведущая
на канале «Ю», «МУЗ-ТВ»),
артист театра и кино
Владимир Кошевой



Стенд компании
Sofia



Асер представил ConceptID—новый
премиальный суббренд, созданный для
дизайнеров, архитекторов, фотографов

ров. Как всегда, программа была разнообразной: конкурс дизайнерских ёлок, концерт с участием Анастасии Спиридоновой, кавер-дуга Queens, группы «Венетиканские люди», танцы под музыку DJ-project Black Cupro. Пространство украсили креативные стенды компаний-партнёров «АрхИёлки»: ACER, W.W.T.S., LUMI POLAR, XENIA, MY EQUILIBRIA, SKILLBOX, SAVIO FIRMINO®, «МЕБЕЛЕНД», SELVA, SOFA, ECO DUSH, FINEX, SCHNEIDER ELECTRIC, ROYAL ROOM, BERTOLOTTO, SERIP, FABER, BAUMIT и SAMSUNG ELECTRONICS. □

Платки для костюмов предоставлены дизайнером Еленой Горюхиной



Тамара Лукьяненко от имени
Международной строительной-
интерьерной выставки BATIMAT—
информационного партнера
мероприятия—архитектурный
дизайнер—декоратор Кирилл
Лопатинский за активную вы-
ставочную деятельность.

В спецноминии журнала «Идеи
Вашего Дома» победила Ирина
Шевченко. Статуэтку вручила
главный редактор журнала Татьяна
Зимогорова.

В рамках церемонии награждения премии
«Интерьерные Львы» телеканал «Бобер»
учредил собственную номинацию. По-
бедители получили специальный приз—
возможность принять участие в съёмках
эфирного проекта «День перемены».

Марина Мелехова и Юлия
Бурмистрова от лица компании
FINEX вручили победителю
розыгрыша айфон.



Вячеслав Хомяк («Мебеленд»), Сильверيو Мариан (W.W.T.S.), Максим Шлённин,
представитель итальянских фабрик в России Елена Шленкина с сыном Георгием;
Анастасия Корчагина (Schneider Electric), Грегорио Савио (Savio Firmino)

Ведущий вечера Владимир Кошевой и Екатерина Бондаренко провели розыгрыш призов от компании SOFA—производителя
межкомнатных дверей, перегородок, напольных покрытий. В лотерее также были разыграны призы от компаний MONROE GALLERY,
YVES DELORME, FINEX, BAUMIT, MR.DOORS, ACER, а кроме того, косметика MIXIT, наборы от NEUTRALE и SCHWARZKOPF.



Максим Точка (THE PRIME), Анна Турнаева (Baumit), Екатерина Бондаренко (Sofia), Вадим Пахураков и Арина Афириулова (Centrsvet), Илона
Кеслер (Finex), Владимир Костюк (Jaquar), Наталья Маланина (Mr.Doors), Регина и Андрей Зетцелфандт (Burd Media), Екатерина Царева
(Acer), Мария Каменская (Burd Media)



Корнер компании
Xenia



Корнер компании
Faber



Татьяна Комарова
(Nanaka) на фоне ёлки
от компании «Эко-Душ»



PLAYBOY

РОССИЯ

№ 01/2020

Учреждено и издается АО «ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «БУРДА»

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЬСТВА: Россия, 127018, г. Москва, ул. Полковая, д. 5, стр. 4
Тел. (495) 797-45-60; **ДЛЯ ПИСЕМ:** 127521, г. Москва, а/я 52, PLAYBOY
PLAYBOYRUSSIA.COM; vk.com/playboy; facebook.com/PlayboyRussia

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР Ольга Витальевна Алексеева, o.alekseenko@burda.ru

КРЕАТИВНЫЙ ДИРЕКТОР Роман Сорокин

ОТВЕТСТВЕННЫЙ РЕДАКТОР Макс Шербаков

АРТ-ДИРЕКТОР Дина Антипина

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ: Юлия Першина, Ольга Ключарева, Налья Кузютина,
Валерия Диденко, Игорь Панасенко, Константин Ромашко, Татьяна Сеиш,
Stephen Rebello, Ulrich Loss, Jack Morris, Ethan Brown, E J Dickson, Jeffrey Elliot, David Hochman,
Jeff Johnson, Andreas Laszlo Konrath, Jonathan Leder, Dave Ma, Dan Monick, Adam Skolnick

ДИРЕКЦИЯ ПО ПРОДАЖАМ РЕКЛАМЫ

Телефон: (495) 797-45-60

ДИРЕКТОР ПО КОРПОРАТИВНЫМ ПРОДАЖАМ Мария Каменская, m.kamenskaya@burda.ru

РУКОВОДИТЕЛИ ОТДЕЛОВ:

«МОДА И КРАСОТА» – Наталья Кирилина, n.kirilina@burda.ru

Менеджеры: Наталья Станиславская, Наталия Дабюкс

«АВТО И ТЕХНИКА» – Менеджеры: Алексей Запранжов, Мария Калита

«ДОМ И САД» – Дмитрий Шахматов, d.shahmatov@burda.ru

«МЕДИЦИНСКИЕ ТОВАРЫ И УСЛУГИ» – Светлана Кузина, s.kuzina@burda.ru

«ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ И ТНП» – Старший менеджер Ольга Дермановская, o.dermanovskaya@burda.ru

CLASSIFIED – Любовь Агеева, l.ageeva@burda.ru

ОТДЕЛ ПО РАБОТЕ С КЛИЕНТАМИ Ольга Орей, o.orei@burda.ru

РАСПРОСТРАНЕНИЕ ООО «Бурда Дистрибушн Сервисиз»,

тел. (495) 797-45-60, vertrieb@burda.ru

ПОДПИСКА тел. (495) 660-73-69, abo@burda.ru, podpiska.burda.ru

PLAYBOY ENTERPRISES, INTERNATIONAL

Hugh M. Hefner, FOUNDER

U.S. PLAYBOY

Cooper Hefner, CHIEF CREATIVE OFFICER

Shane Michael Singh, James Rickman, EXECUTIVE EDITORS

Erica Lowery, ART DIRECTOR

Anna Wilson, PHOTO DIRECTOR

PLAYBOY INTERNATIONAL PUBLISHING

Reena Patel, CHIEF OPERATIONS OFFICER, LICENSING

Hazel Thomson, SENIOR DIRECTOR, INTERNATIONAL LICENSING

Michael Olson, GLOBAL LICENSING MANAGER, INTERNATIONAL MEDIA AND PUBLICATIONS

РАСПРОСТРАНЕНИЕ В ДРУГИХ СТРАНАХ:

БЕЛАРУСЬ ООО «Росчерк», г. Минск, тел.: +375 (17) 331-94-27, 331-94-72, 331-94-41

ГЕРМАНИЯ DMR Rusexpress GmbH, Atriumstr. 4, 04315 Leipzig, Tel. +49 34 16 87 06 10,

fax +49 34 16 87 06 10, www.pressa.de, www.mini-abo.eu

Журнал зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор). Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС77-69624 от 02.05.2017 г. Журнал специализируется на сообщениях и материалах рекламного характера. Торговая марка и торговое имя PLAYBOY являются исключительной собственностью PLAYBOY Enterprises International Inc. и используются здесь в соответствии с лицензионным договором. Все без исключения модели одобрены авторским правом. Публикация материалов одобрена авторским правом. Перепечатка, размещение фотоматериалов или других аналогичных способов, а также размещение на электронных носителях, воспроизведение путем дублирования, радио- и телепередача, ЭВМ и частичное использование материалов разрешаются только с согласия издательства. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов. Все права принадлежат издательству и учредителю – АО «Издательский дом «Бурда». Перепечатка и любое использование материалов включены только с письменного разрешения редакции. Пересылая тексты, фотографии и другие графические изображения, отправитель выдает тем самым свое согласие на использование представленных текстов, фотографий и других графических изображений в изданиях АО «Издательский дом «Бурда» и издательства группы компаний Бурда. Присланные тексты, фотографии и другие графические изображения не возвращаются.

ТИПОГРАФИЯ: Первый полиграфический комбинат. 143405, Московская область, Красногорский р-н, п/о «Красногорск-5», 4-й км Ильинского ш.

ДАТА ВЫХОДА В СВЕТ 26.03.2020 **ТИРАЖ** 16 900 экз. (отпечатанный тираж) **СВОБОДНАЯ ЦЕНА**
© 2020 АО «Издательский дом «Бурда»; © PLAYBOY, as to material published in 10-11-12-2019 Edition of PLAYBOY

16+

Информационная продукция
для детей старше 16 лет

Burda
Media Company

BurdaDrive

ГНН

*illuminare**

VINCE CAMUTO**

THE NEW FRAGRANCE FOR WOMEN***



*Иллюминер

**Винс Камуто

***Новый аромат для женщин

BRIDGESTONE

TURANZA T005

**№ 1
В ТОРМОЖЕНИИ
НА МОКРОЙ
ДОРОГЕ***



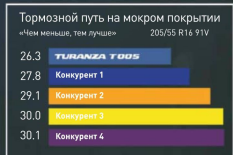
ИННОВАЦИОННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ
NANOPRO-TECH™



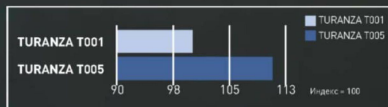
**ПОБЕДИТЕЛЬ ТЕСТОВ НЕМЕЦКИХ
АВТОМОБИЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ:**



**Короткий тормозной путь
на мокром покрытии***



Износостойкость шины **увеличена на 11%****
за счет большей площади пятна контакта



*В соответствии с тестами TÜV SÜD, проведенными по запросу Bridgestone в июне 2010 года на полигоне «Раренбург». Тестировались шины 205/55 R16 91V, 245/45R18 100Y, приобретенные TÜV SÜD на европейском рынке. Автомобиль для теста: VW Golf 7. Отчеты No. [713126981] [713138994]. **В сравнении с TURANZA T001. Реклама